

**Efeitos de Regras e Autorregras na Mudança**  
**Comportamental na Clínica Psicológica**

Antonio de Pádua Azevedo Silva

RA: 2078129-8

Brasília/DF, dezembro de 2012.

Antonio de Pádua Azevedo Silva

RA: 2078129-8

# **Efeitos de Regras e Autorregras na Mudança Comportamental na Clínica Psicológica**

Monografia apresentada ao Centro  
Universitário de Brasília como re-  
quisito básico para a obtenção de  
grau de Psicólogo da Faculdade da  
Educação e Saúde (FACES).

Professor-Orientador: Dr. Carlos  
Augusto de Medeiros

Brasília/DF, dezembro de 2012.



Esta monografia foi aprovada pela comissão examinadora composta por:

---

Prof. Dr. Carlos Augusto de Medeiros  
Orientador

---

Profa. Dra. Michela Ribeiro  
Examinadora

---

Prof. Msc. Rodrigo Baquero  
Examinador

A Menção Final obtida foi:

SS

Brasília, dezembro de 2012.

## **Agradecimentos**

Agradeço primeiramente a Deus por ter me concedido saúde, vontade e determinação para enfrentar todos os desafios durante a graduação em Psicologia.

Agradeço, ao professor Carlos Augusto de Medeiros, pela oportunidade de ser seu orientando, pela presteza das orientações, por seus ensinamentos, paciência, comprometimento e pela confiança em mim depositada ao longo das supervisões nos estágios e na construção desse trabalho. Foi um privilégio tê-lo como orientador.

Aos demais professores do Curso de Psicologia do UniCEUB, por compartilharem seus conhecimentos e experiências, que muito contribuíram para minha formação acadêmica e profissional. Em especial aos membros desta banca, pela disponibilidade e prováveis contribuições à minha monografia.

À minha esposa Rosane, pessoa com quem tenho o prazer de compartilhar a vida. Minha maior incentivadora e companheira de todos os momentos.

Aos meus pais pelo exemplo de vida e os muitos ensinamentos que sempre me guiaram.

Aos meus mestres, terapeutas, amigos e agora colegas de profissão Thereza Gayoso, Eliane Almeida, Cedro Freire e Ana Paula Ricarte. Quero tê-los sempre por perto para as nossas trocas que muito me enriquecem, vocês são os profissionais que me inspiram.

Aos meus amigos e aos “Azevedo” por sentirem a minha falta mas entenderem as minhas ausências durante o curso, espero agora ter mais tempo para as nossas festas.

Aos companheiros de pesquisa, Rayana, Fábio, Anna Paula e Marcella, pela parceria nos estudos e pelo apoio que me prestaram em vários momentos deste trabalho.

Aos demais colegas de curso que juntos vivenciamos momentos inesquecíveis de aprendizado e cooperação. Em especial à Melissa, Luciana, Marco, Josy, Leilane, Gilda, D. Fátima, Mariana, Fran, Zélia, Larissa, Carol, Rita e Alexandre. A presença de vocês tornou estes cinco anos de curso mais ricos e divertidos!

O meu muito obrigado a todos vocês com os quais compartilho a minha alegria por esta conquista.

## Sumário

Agradecimentos .....	iv
Sumário .....	vi
Resumo .....	ix
Introdução .....	10
Capítulo 1. Terapia Analítico-Comportamental .....	13
Capítulo 2. Regras .....	16
2.1 Autorregras .....	20
Capítulo 3. Regras na clínica .....	22
Capítulo 4. Psicoterapia Comportamental Pragmática .....	26
Capítulo 5. Estudos Correlatos .....	29
Objetivos do Estudo .....	40
Capítulo 6. Método .....	41
6.1 Participantes .....	41
6.1.1 Descrição dos Casos .....	41
6.2 Local .....	43
6.3 Materiais e Equipamentos .....	43
6.4 Procedimentos .....	43
Capítulo 7. Resultados .....	49
Capítulo 8. Discussão .....	54
Conclusão .....	63
Referências Bibliográficas .....	66
Anexo .....	69
Apêndices .....	71

## LISTA DE FIGURAS

<b>Figura 1</b> – Frequência de seguimento de regras emitidas e geradas e frequência de oportunidades de seguimento para as mesmas da cliente Aline .....	50
<b>Figura 2</b> – Frequência de seguimento das regras emitidas e geradas nos contextos de vida específicos da cliente Aline .....	51
<b>Figura 3</b> – Frequência de seguimento de regras emitidas e geradas e frequência de oportunidades de seguimento para as mesmas da cliente Cláudia .....	52
<b>Figura 4</b> – Frequência de seguimento das regras emitidas e geradas nos contextos de vida específicos da cliente Cláudia .....	53

**LISTA DE TABELA**

**Tabela 1** – Regras emitidas e Geradas para cliente Aline .....49

**Tabela 2** – Regras emitidas e Geradas para cliente Cláudia .....51



## RESUMO

O presente estudo tem por objetivo avaliar o seguimento de regras e autorregras no contexto clínico. Para tanto foi realizada uma pesquisa com dois clientes e um terapeuta estagiário, em uma clínica escola. O terapeuta em sessões iniciais do processo terapêutico emitiu três regras para cada cliente e, concomitantemente criou contingências para que as duas clientes formassem três autorregras em contextos específicos de suas vidas. As autorregras são geradas, durante o processo terapêutico, a partir de questionamentos reflexivos, que consistem em conjuntos de perguntas abertas encadeadas de forma lógica, formulados pelo terapeuta. Em seguida, o conteúdo das sessões subsequentes foi analisado de modo a identificar que tipo de regras foi seguido com maior frequência durante a terapia, considerando as oportunidades de seguimentos. Há indícios de que as pessoas tendem a ficar mais sobre o controle das regras geradas por elas mesmas, quando comparadas com aquelas emitidas por outras pessoas. Os dados levantados no presente estudo corroboram os indícios de que as autorregras geradas no processo terapêutico tendem a ser mais seguidas que as regras emitidas pelos terapeutas.

**Palavras-chave:** regras, autorregras, contingências.

As regras são estímulos antecedentes verbais que especificam contingências (Skinner, 1969/1984). As contingências especificadas de acordo com o autor exercem controle sobre o comportamento como sendo estímulos discriminativos verbais, ou seja, fazem parte de um conjunto de contingências que podem ser reforçadoras ou punitivas. As regras são importantes, pois descrevem um comportamento que deve ser emitido diante de uma determinada contingência e suas consequências, sem a necessidade do indivíduo ter em sua história, episódios de exposições à mesma (Skinner, 1969/1984).

As regras são produzidas por um falante, determinando o comportamento a ser seguido por um ouvinte bem como suas consequências, de forma implícita ou explícita. Segundo Baum (1999), a regra pode ser apresentada de forma direta entre um falante e um ouvinte ou através de instrumentos, tais como sinais, avisos luminosos, placas, gestos, etc.

De acordo com Skinner (1974/2003), as regras são importantes, diante de contingências complexas. Outras vantagens, segundo o autor, podem ser atribuídas ao comportamento governado por regras, tais como: rápida aprendizagem, possibilidade de aproveitar a semelhança entre contingências, diminuição da probabilidade de cometer erros e entrar em contato com consequências aversivas, viabilidade de compartilhar um padrão de resposta a partir da verbalização das mesmas. O autor relata que estas vantagens se referem a contingências estáveis, no caso de contingências instáveis o controle por regras pode apresentar insensibilidade às mudanças das contingências. A insensibilidade é a manutenção de um padrão de respostas, mesmo com a mudança das contingências (Skinner, 1974/2003).

Segundo Skinner (1969/1984), um indivíduo pode assumir o papel de ouvinte e falante ao mesmo tempo, isto é emitir regras para si próprio. Neste caso diz-se que o comportamento do indivíduo está sendo controlado por autorregras. As autorregras são os estímulos verbais especificadores de contingências formulados ou reformulados pela pessoa cujos comportamentos passam a controlar (Jonas, 1997, citado por Sousa, 2009).

No senso comum, é propagado que as pessoas tendem a defender mais as próprias ideias que as ideias de outras pessoas, mesmo que se concorde com elas (Medeiros, 2010). Entende-se que as pessoas estariam mais propensas a seguirem as próprias autorregras que as regras que lhe fora impostas (Catania & cols., 1982), ou seja, quando seguindo as próprias autorregras, o indivíduo entende que ali tem uma contribuição pessoal maior. Os resultados apresentados por Souza (2009) e Souza, Medeiros, Aragão, Medeiros & Azevedo. (2010), corroboram a afirmação de que as autorregras geradas no processo terapêutico tendem a ser mais seguidas que as regras emitidas pelo terapeuta.

A utilização de regras muitas vezes é motivada pelo menor tempo necessário para serem elaboradas, isto é, de certa forma exige menos do terapeuta, pois o mesmo diz ao paciente o que fazer e as consequências dessas ações. Apesar de ser mais trabalhosa e necessitar de um tempo maior para serem trabalhadas, entende-se que a prática de criar condições para que o cliente chegue às suas próprias conclusões, isto é, crie as próprias autorregras será muito mais eficaz. Quando diante de autorregras, os clientes tendem a se tornar mais comprometidos com as conclusões as quais eles mesmos chegaram, o que aumenta a probabilidade das mesmas serem seguidas.

No presente trabalho, foi realizada de forma controlada, a emissão de um número específico de regras para cada cliente, com o objetivo de confrontar o número de seguimentos das regras emitidas pelo terapeuta com o número de seguimentos de regras geradas no processo terapêutico. O presente estudo pretende trazer como contribuição, uma análise da frequência de seguimento das regras e das autorregras, para tanto foram consideradas as oportunidades de seguimentos de cada categoria de regras (Emitidas e Geradas).

Como oportunidades de seguimento, foram consideradas situações do cotidiano das clientes quando as mesmas relataram durante as sessões psicoterápicas o seguimento ou o não seguimento de uma regra.

Este trabalho é justificado pela importância de se verificar a efetividade das intervenções terapêuticas dentro de um processo psicoterápico. Existe bastante controvérsia dentre os terapeutas na abordagem Análise do Comportamento com relação ao uso de regras. Diante desta questão a relevância deste estudo é de fundamental importância.

O presente estudo tem como objetivo investigar que tipos de regras, como forma de intervenção terapêutica, são mais frequentemente seguidas pelos clientes, as regras emitidas pelo terapeuta ou as autorregras geradas pelo cliente no processo terapêutico.

O trabalho será apresentado na seguinte ordem: um capítulo sobre a Terapia Analítico-Comportamental (TAC), um capítulo sobre regras, outro sobre regras na clínica, um capítulo para apresentar a Psicoterapia Comportamental Pragmática (PCP), um capítulo sobre estudos correlatos. Na sequência serão apresentados os objetivos do estudo, seguidos por um capítulo para descrever o método, em seguida serão apresentados os resultados da pesquisa com a discussão dos mesmos. Por fim será apresentada a conclusão do estudo.

## **Capítulo 1. Terapia Analítico Comportamental**

A Terapia Analítico-Comportamental (TAC) tem como base científica a análise do comportamento e como filosofia o Behaviorismo Radical de Skinner (Ribeiro, 2001; Alves & Isidro-Marinho, 2010). Com o objetivo de tornar os comportamentos dos indivíduos mais funcionais, a Terapia Analítico-comportamental está comprometida com os princípios da aprendizagem que fornecem instrumentos que podem produzir mudanças no comportamento humano (Masters, Burish, Hollon & Rimm, 1987 citados por Ribeiro, 2001).

Segundo Ribeiro (2001), a terapia comportamental ainda hoje é confundida com a modificação do comportamento, que foi aplicada e bastante difundida na década de 1970. A modificação do comportamento tinha em sua ação a aplicação de técnicas específicas e utilização de instrumentos para o tratamento de determinados sintomas e transtornos psíquicos específicos. A modificação do comportamento era muito utilizada em instituições psiquiátricas para modificar o comportamento considerado problemático. Neste tipo de intervenção a mesma técnica era aplicada considerando apenas o comportamento e nunca o indivíduo com todo seu histórico de vida. Esta confusão também contribui para um entendimento raso da prática atual dos analistas do comportamento, que está longe de ser um mero aplicador de técnicas.

A Terapia Analítico-Comportamental utiliza-se de inúmeros procedimentos terapêuticos, com foco na relação terapêutica estabelecida entre o terapeuta e o cliente. Cliente este, que tem um papel ativo no processo terapêutico, por ser considerado como sendo produto e produtor das contingências a que está exposto e agindo sobre as mesmas (Farias, 2010).

A história de vida do cliente também tem importância fundamental, pois é a partir desta análise, que se pode avaliar sua atuação nas contingências atuais, que controlam seu comportamento. O terapeuta analítico comportamental usa estratégias de intervenções individuali-

zadas para cada cliente, considerando-o de forma subjetiva, como um sujeito único no mundo, que assim deve ser entendido com todas as suas peculiaridades, a partir de análises cuidadosas. Conhecer o histórico de vida do cliente e as variáveis que determinam o repertório comportamental atual do mesmo promove uma possibilidade maior de alteração do comportamento considerado indesejado.

O objetivo principal da TAC, é levar o cliente à auto-observação e ao autoconhecimento, que proporcione ao mesmo uma melhor qualidade de vida e uma independência para resolver problemas futuros quando assim se fizer necessário (Alves & Isidro-Marinho, 2010, Farias, 2010, Ribeiro, 2001).

As principais metas dentro do processo analítico-comportamental são: Buscar uma compreensão adequada das dificuldades dos clientes, propor estratégias e realizar uma intervenção cuidadosa baseada na análise funcional do comportamento (Castanheira, 2002 citado por Alves & Isidro-Marinho, 2010). A análise funcional permitirá ao cliente entender o motivo de se comportar de determinada maneira, em determinadas situações e porque o comportamento se mantém, isto é, entender a função do comportamento, e que determinadas situações favorecem o aparecimento e manutenção deste comportamento, por fim, que tudo tem a ver com a sua história de vida (Farias, 2010).

O terapeuta analítico-comportamental, a partir das análises funcionais, deverá identificar as variáveis antecedentes, conseqüentes e de contexto envolvidas nos relatos dos clientes durante as sessões terapêuticas. No levantamento das informações que subsidiarão as análises funcionais, o analista deverá estar atento aos aspectos funcionais e topográficos dos comportamentos (Ribeiro, 2001).

Segundo de-Farias (2010), para realizar este trabalho é necessário que o analista faça uma definição operacional da queixa e das demandas do cliente, o que significa responder perguntas como: Que respostas ocorrem? Onde? Com que frequência? Como? Quais são suas

topografias/formas? Com que intensidade? Em que situações? Quando começaram a ocorrer? Em que situações elas não ocorrem? Ainda segundo a autora, o terapeuta deve investigar os comportamentos públicos e também os comportamentos privados, ou seja, aqueles que somente o próprio indivíduo que se comporta tem acesso, bem como a interação entre eles, caso existam. Ao fazer isto, o terapeuta terá uma visão ampla do cliente e de seu repertório comportamental.

No processo terapêutico a ênfase deve estar na implementação de repertórios comportamentais, para diminuir a probabilidade do comportamento-problema ou indesejado, e aumentar a probabilidade de comportamentos que tenham a mesma função, isto é, produzam a mesma classe de conseqüências, sem que tragam sofrimento para o indivíduo (de-Farias, 2010).

Para chegar a este ponto, segundo (Ribeiro, 2001), o terapeuta dentro do processo analítico-comportamental deverá avaliar as variáveis de controle, levantar hipóteses sobre a manutenção do padrão comportamental, testar e reavaliar estas hipóteses, manipular na medida do possível as variáveis independentes vinculadas ao comportamento em foco e observar o efeito da manipulação nas variáveis dependentes, sugerir planos de controle das variáveis, entre outras tarefas.

## Capítulo 2. Regras

As regras são estímulos antecedentes verbais que especificam contingências (Skinner, 1969/1984). As contingências especificadas de acordo com Skinner exercem controle sobre o comportamento como sendo estímulos discriminativos, ou seja, fazem parte de um conjunto de contingências que podem ser reforçadoras ou punitivas.

Orientações, instruções, sugestões, normas, conselhos, avisos e até mesmo ordens são entendidos como regras em Análise do Comportamento (Skinner, 1969/1984). As regras são importantes, pois descrevem um comportamento que deve ser emitido diante de uma determinada contingência e suas consequências, sem a necessidade do indivíduo ter em sua história, episódios de exposições à mesma. (Skinner, 1969/1984).

As regras são produzidas por um falante, determinando o comportamento a ser seguido por um ouvinte bem como suas consequências, de forma implícita ou explícita. Segundo Baum (1999), a regra pode ser apresentada de forma direta entre um falante e um ouvinte ou através de instrumentos, tais como, sinais, avisos luminosos, placas, gestos, etc.

O comportamento também pode ser aprendido por modelagem, no qual ocorre o controle por exposição direta às contingências. Por exemplo, quando ao se aproximar do muro de uma casa um indivíduo escuta um latido alto e forte de cachorro, em geral o mesmo analisa a situação e procura um caminho alternativo, evitando passar próximo ao muro. No caso se diz que o comportamento foi modelado por contingências.

Na mesma situação o indivíduo sem ouvir o latido do cachorro lê uma placa afixada no muro alertando “cuidado – cão bravo”, da mesma forma o indivíduo analisa a situação e também procura um caminho alternativo, distante do muro onde a placa está afixada. No caso se diz que o comportamento está controlado por regra.



Em ambos os casos o indivíduo se comporta tomando um caminho alternativo evitando passar perto do muro onde possivelmente tem um cachorro bravo, também nos dois casos, as respostas e as consequências são topograficamente semelhantes. Na primeira situação o antecedente “escutar o latido forte e alto do cachorro”, controla o comportamento do indivíduo, porque o mesmo tem uma história passada com ligação a latidos de cachorro. Na segunda situação, o antecedente “placa de cuidado cão bravo”, controla o comportamento, porque o indivíduo tem uma história passada com relação a palavras da língua portuguesa e placas de alertas em muros. No primeiro caso diz-se que o antecedente é um estímulo discriminativo e no segundo caso que o estímulo discriminativo é uma regra.

Por intermédio da utilização de regras é que os conhecimentos são passados de um indivíduo ao outro, sendo importante instrumento de transmissão de cultura entre gerações. Segundo Guedes (1997) é graças ao comportamento governado por regras que existe cultura.

Estabelecer e formular regras são comportamentos frequentemente reforçados entre os membros mais velhos de uma comunidade, pela sua eficácia na instalação e manutenção de comportamentos desejados entre os mais jovens, que continuarão e perpetuarão as práticas culturais necessárias para a sobrevivência daquele grupo (Matos, 2001). A transmissão das regras entre falantes e ouvintes é a principal responsável pelo acultramento (Simon, 1990, citado por Baum 1994/1999). O seguimento de regras foi muito importante para a sobrevivência da espécie humana (Guedes, 2001, citado por Souza, 2009).

Os comportamentos, principalmente aqueles que exigem uma habilidade psicomotora nova ou complexa e onde também a sequência das respostas específicas é importante, em sua fase inicial podem ser controlados por instruções, ou seja, por regras, passando em um segundo momento a serem modelados por contingências (Baum, 1994/1999). Ou seja, os comportamentos das pessoas, em sua grande maioria, inicialmente são controlados por regras, porém

a medida que o indivíduo é exposto às especificidades e continuidade da contingência o mesmo comportamento passa a ser modelado pelas contingências.

Por exemplo, no aprendizado de andar de bicicleta, inicialmente a pessoa utiliza o seguimento de regras, pois neste primeiro momento, várias habilidades psicomotoras juntas serão exigidas, tais como, equilíbrio, concentração e percepção do espaço. Com o passar do tempo, estas habilidades continuam sendo exigidas, porém são exercidas de forma automática, em função da interação do indivíduo com as contingências de andar de bicicleta, passando então, nesta fase, o comportamento de andar de bicicleta a ser modelado por contingências.

Outro exemplo poderia ser tocar violão, a medida que o indivíduo vai desenvolvendo certo grau de competência, o controle do comportamento de tocar violão deve passar para as contingências, pois o som produzido, o posicionamento dos dedos no braço do violão e a batida nas cordas, caso continue sob o controle de instruções ou regras, provavelmente levarão o indivíduo a nunca apresentar um bom desempenho como violonista. Desempenhos que envolvem diferenciações sutis entre diversas topografias de respostas, dependem de exposição às consequências de forma precisa e imediata, conseguidas somente a partir de contato com as contingências, pois uma regra por mais detalhada que seja jamais produzirá este efeito (Matos, 2001).

Para Matos (2001), quando a aprendizagem exige uma habilidade conceitual abstrata (programar em uma linguagem de programação específica ou desenvolver uma fórmula matemática elaborada, por exemplo), o controle por contingências naturais é mínimo, enquanto aquele pelas regras vai ficando cada vez mais elaborado e mais complexo. As próprias descrições contidas nas regras vão ficando cada vez mais codificadas e sujeitas a outras tantas regras; até o ponto em que, quem desconhece essa assim chamada "linguagem técnica", não realiza e nem sequer, acompanha a realização destas atividades.

O comportamento governado por regras geralmente é aprendido de forma mais rápida do que os comportamentos controlados diretamente a partir das exposições às contingências (Skinner, 1974/2003). Porém, segundo o autor, as regras nunca apresentam uma descrição exata das contingências.

Para Baum (1994/1999), um comportamento só é denominado controlado por regras, se puder ser descrito verbalmente. Enquanto o comportamento modelado por contingência contempla um tipo de conhecimento chamado operacional, ou “saber como”, o controlado por regras contempla o conhecimento declarativo, ou “saber sobre” (Baum, 1994/1999). Ainda segundo o mesmo autor, no comportamento controlado por regras, o indivíduo emite respostas que foram reforçadas em situações semelhantes, ocorridas no seu passado e, por meio das descrições das contingências formulam autoinstruções que servem como estímulos discriminativos verbais.

Segundo Catania (1998/1999), as respostas verbais modeladas, além de apresentarem maior sensibilidade às contingências são geralmente mais acompanhadas do comportamento não verbal correspondente. Logo, há evidências de que o comportamento verbal modelado por contingências pode favorecer a mudança de padrões comportamentais.

## **2.1 – Autorregras**

Segundo Skinner (1969/1984) um indivíduo pode assumir o papel de ouvinte e falante ao mesmo tempo, ou seja, emitir regras, para si próprio. Neste caso diz-se que o comportamento do indivíduo está sendo controlado por autorregras. As autorregras são os estímulos verbais especificadores de contingências formulados ou reformulados pela pessoa cujos comportamentos passam a controlar (Jonas, 1997, citado por Sousa, 2009).

Segundo Paracampo e Albuquerque (2005), as autorregras podem ser definidas como descrição de contingências feitas pelo próprio indivíduo e que são estabelecidas após a sua

exposição às contingências de reforço, decorrendo assim, no controle sobre o comportamento. Ou seja, quando a pessoa reconhece e descreve o contexto em que determinado comportamento foi emitido e a consequência reforçadora que o mesmo promoveu, podendo esta consequência ser positiva ou negativa. Se positiva o comportamento tenderá a se repetir se negativa tenderá à extinção.

Ainda para os autores, uma autorregra pode ser aprendida a partir de uma regra emitida por um falante confiável, isto é, o ouvinte emite a autorregra, quando entra em contato com uma contingência similar à que o falante confiável emitiu a regra.

Por exemplo, um indivíduo pode estabelecer uma autorregra para sua vida de que dirigir acima dos 80 Km por hora é se colocar em situação de risco. Esta regra pode ter sido aprendida a partir de uma experiência pessoal de ter se envolvido em um acidente automobilístico, quando dirigia em uma velocidade acima de 80 Km, ou então, pode ter criado esta autorregra a partir de uma regra estabelecida pelo seu pai quando ele estava aprendendo a dirigir, de que não deveria ultrapassar tal velocidade porque estaria se arriscando.

Resumindo, o termo regra é usado para descrever o controle do comportamento verbal do falante sobre o comportamento do ouvinte, quando falante e ouvinte são pessoas distintas. Já o termo autorregra é usado para descrever o controle do comportamento verbal do falante sobre o comportamento do ouvinte, quando falante e ouvinte são a mesma pessoa. Nos dois casos, o comportamento verbal do falante descreve uma contingência e funciona como um estímulo antecedente em relação ao comportamento do ouvinte.

### Capítulo 3. Regras na clínica

As regras exercem uma enorme influência sobre o comportamento das pessoas e sobre os motivos que as levam a procurar terapia. Diante disso fica clara a importância do assunto para a Análise do Comportamento e para a Psicologia Clínica em geral.

O uso de regras, isto é, a descrição das contingências a que o cliente está exposto é uma estratégia de atuação controversa entre os analistas comportamentais. Embora não seja uma prática que exista consenso em sua utilização, é sabido que muitos terapeutas utilizam-se da emissão de regras em sua prática clínica.

O terapeuta não tem acesso para mudanças, nas variáveis ambientais da vida do cliente e também não pode servir de modelo para a aprendizagem de todos os novos comportamentos desejáveis por parte do cliente, então, em muitas abordagens o profissional faz uso de regras dentro do processo terapêutico, pois, as mesmas, atuam de forma indireta para mudanças comportamentais desejáveis.

Na história de aprendizagem dos indivíduos, observa-se que o comportamento de seguir regras é estabelecido como classe de comportamentos que foram reforçados no passado (Skinner 1969/1984 citado por Paracampo, 2005). É muito comum, um indivíduo ter seu comportamento punido quando não segue uma regra ou por outro lado ter seu comportamento reforçado quando a segue. Seja por reforço negativo ou positivo, observa-se o repertório de comportamento de seguir regra em boa parte dos indivíduos.

Medeiros (2010), defende que regras não sejam utilizadas como forma de intervenção terapêutica. Segundo o autor, a utilização de regras pode gerar resultados indesejáveis ao processo terapêutico, mesmo que as regras sejam seguidas pelo cliente.

Segundo Medeiros (2010), quando a regra é seguida, o uso de regras pode favorecer a dependência, insensibilidade e baixa assertividade ou até então resultar em consequências

aversivas, isto é, gerar os resultados indesejáveis. Quando a regra não é seguida, pode haver uma formulação de uma autorregra de incompetência, distorção do tato e pode resultar em comportamentos agressivos por parte do cliente que constituem uma resistência no seguimento de regras (Medeiros, 2010).

Como consequência indesejável no processo, segundo Medeiros (2010), a dependência ocorre quando o terapeuta diz ou aconselha ao cliente como agir, isto é, em termos comportamentais, emite regras, e assim não estabelece repertórios de solução de problemas por parte do cliente, de forma independente.

Para o autor, outra consequência indesejável presente no uso de regras é o fato do indivíduo tornar-se menos sensível às mudanças no ambiente. O indivíduo, por ter seu comportamento controlado por uma regra, pode não discriminar as mudanças ambientais o que podem resultar em consequências aversivas caso continue a seguir uma regra que deixou de descrever uma contingência.

Medeiros (2010) destaca outra implicação do uso de regras na clínica que se refere à baixa assertividade proveniente do uso de regras. Em alguns contextos, o comportamento submisso pode resultar em consequências aversivas. O terapeuta, ao emitir uma regra, mesmo que esta descreva com precisão a contingência e exerça controle no comportamento do indivíduo de forma adaptativa, reforça o comportamento submisso do cliente com relação aos conselhos do terapeuta. Submissão inclusive, que pode ser até a queixa trazida pelo cliente para o processo. O autor ainda alerta que o terapeuta não pode prever com exatidão todas as consequências prováveis dos comportamentos de seu cliente, por mais exatidão que tenha em suas análises funcionais. Se o terapeuta emite uma regra que resulta em consequências aversivas, o cliente pode culpar o profissional pelo erro, e até romper com o vínculo terapêutico. Em outras palavras, o terapeuta, ao emitir uma regra, é responsável pelas consequências do seguimento da mesma. Em outra situação, o cliente, por diversos motivos, pode não ser capaz de

seguir uma regra emitida pelo terapeuta e então, formular uma autorregra de incompetência, ou seja, o terapeuta superestimou a capacidade do cliente ao emitir a regra que por sua vez gerou uma consequência aversiva, indesejável ao processo.

Outro fato que pode ocorrer, segundo Medeiros (2010), é o cliente relatar para o terapeuta que não seguiu a regra, e este por sua vez, punir de forma arbitrária o comportamento do cliente, por exemplo, reforçando a importância de que o cliente tente novamente seguir a regra ou demonstrando insatisfação pelo não seguimento. Em outra ocasião, caso o cliente não siga a regra, pode mentir para o terapeuta, dizendo que a seguiu, isto é, emitir tato distorcido, com a intenção de esquivar-se das consequências aversivas da repressão do terapeuta ou positivamente pela aprovação do mesmo.

Evitar a emissão de regras e assumir uma postura de audiência não punitiva, segundo Medeiros (2002), é altamente desejado para que sejam evitadas as emissões de fatos distorcidos, tão prejudiciais para o processo terapêutico. Uma última possibilidade, para Medeiros (2010), é que o cliente reaja agressivamente quando o terapeuta lhe diz o que e como fazer, remetendo-o a situações em seu histórico de vida onde outras pessoas já o fizeram.

Tanto a correspondência dizer-fazer quanto a correspondência fazer-dizer podem estar comprometidas, em situações onde as consequências indesejadas relativas ao uso de regras se apresentem. Alguém que diz, por exemplo, “Vou fazer um regime alimentar”, por ter o comportamento de continuar comendo erradamente mantido por variáveis distintas do comportamento de dizer que irá fazer o regime, pode não fazer o regime. Assim como o indivíduo pode ser um comedor compulsivo enquanto relata que parou. Tais casos podem ocorrer na clínica como comportamento de esquiva ou para receber o reforço do terapeuta, como já foi explicado anteriormente (Beckert, 2005; Medeiros, 2010).

Para Medeiros (2010), uma intervenção mais indicada na clínica seria levar o cliente a elaborar autorregras, pois há maior probabilidade de que o cliente as siga. O conceito de

Skinner de autorregra (1969/1984), pode representar uma alternativa útil para a contradição entre usar ou não usar regras no contexto terapêutico. Segundo o autor, o indivíduo é capaz de formular autorregras e enfraquecer suas relações com as contingências. A elaboração de autorregras exemplifica o processo ativo do indivíduo agindo sobre o seu ambiente. O indivíduo, ocupando o papel de falante e ouvinte, é capaz de formular regras que controlam o seu próprio comportamento (Skinner, 1953/1994). Ou seja, seu comportamento pode estar controlado por regras sem que a regra seja emitida por outra pessoa.

Muito embora possa existir uma clara correspondência entre o comportamento verbal e o não verbal, os dois comportamentos são mantidos por variáveis distintas, o que pode comprometer a correspondência (Beckert, 2005). A correspondência verbal é definida como a relação entre o comportamento verbal e o não-verbal de um indivíduo (Catania, 1999). Essa correspondência tem caráter social, onde o comportamento verbal do falante sofrerá as consequências (reforçadoras ou punitivas) da fala, e estas consequências gerarão, por parte do ouvinte, um novo comportamento, onde este afetará o comportamento do falante.

Segundo Beckert (2005), os grupos de cadeia na correspondência verbal são: dizer-fazer, fazer-dizer e dizer-fazer-dizer. Para o autor, no dizer-fazer, o reforço será liberado após a pessoa verbalizar seu comportamento não-verbal futuro, emitindo-o em seguida. Esta cadeia é apontada por ele como a mais eficiente numa relação de correspondência verbal. Ainda de acordo com o autor, no fazer-dizer a pessoa irá se comportar e em seguida verbalizar sobre seu comportamento, sendo assim liberado o reforço. Por último, na cadeia Dizer-Fazer-Dizer a pessoa só terá acesso ao reforço após emitir um relato verbal em forma de promessa, cumprir essa promessa emitindo um comportamento não-verbal, e fazendo o relato verbal em seguida sobre o cumprimento da promessa (Beckert, 2005).



## Capítulo 4. Psicoterapia Comportamental Pragmática

A Psicoterapia Comportamental Pragmática (PCP) é uma possibilidade de Análise do Comportamento aplicada à clínica que tem por característica principal ser uma alternativa de intervenção menos diretiva, que atribui ao cliente ou terapeutizando, papéis que são comumente atribuídos ao terapeuta (Medeiros & Medeiros, 2012).

Por se tratar de uma aplicação de Análise do Comportamento na clínica a Psicoterapia Comportamental Pragmática está alinhada com os princípios filosóficos do Behaviorismo Radical. Princípios que tem a visão de homem como um organismo em constante interação com o meio, modificando-o e sendo modificado pelo produto de suas ações (Skinner, 1953/2003). O Behaviorismo Radical também tem uma visão de homem como indivíduo único e social e seus comportamentos são formas encontradas de se adaptar ao ambiente. A PCP tem como base de sua atuação, identificar a função de cada comportamento para o indivíduo, a partir de análises funcionais e procedimentos de intervenção individualizados para cada cliente (Medeiros & Medeiros, 2012).

O critério pragmático da PCP está diretamente ligado à utilidade dos comportamentos, ou seja, os comportamentos alvo serão objetos de análise e o pragmatismo trabalha com a noção de estabelecer objetivos úteis para o cliente. Para Medeiros e Medeiros (2012), os procedimentos são eficazes quando se mostram úteis para atingir os objetivos do cliente na terapia.

Segundo Medeiros e Medeiros (2012) os objetivos terapêuticos são especificados com foco na modificação da frequência dos comportamentos, que na PCP são descritos como comportamento-alvo. Os comportamento-alvo são dos tipos desejáveis, cuja frequência pretende-se aumentar no processo terapêutico, e os indesejáveis, cujo objetivo é a sua diminuição na terapia. A PCP trabalha não para suprimir comportamentos, mas para aumentar a variabili-

dade deles de forma que os comportamentos desejáveis sejam selecionados em detrimento dos não desejáveis. Os autores entendem que a relação terapêutica tem papel fundamental neste intento, para tanto, utiliza-se da audiência não punitiva e do reforçamento diferencial como instrumentos de intervenção.

Costa (2011) diz que a PCP tem suas sessões conduzidas basicamente através de perguntas e recomenda-se o mínimo de afirmativas, tais como: regras, interpretações ou “aulas” sobre princípios comportamentais, por parte do terapeuta. A autora, citando Medeiros (2010) descreve que no processo terapêutico as perguntas são feitas de modo que levem o terapeuta a formular regras mais precisas ou úteis da descrição das contingências em vigor, mudar as contingências controladoras vigentes e aprender a se fazer as perguntas úteis, isto é fazer as próprias análises funcionais e pensar de forma pragmática.

Para Costa (2011), citando Medeiros e Medeiros (2012), o comportamento verbal tem um lugar de destaque na Psicoterapia Comportamental Pragmática. Os comportamentos verbais são objetos de análises funcionais para que as variáveis controladoras dos comportamentos sejam descritas e com ênfase nos comportamentos verbais, o terapeuta estará atento aos operantes verbais e suas manipulações. A atenção especial do terapeuta nas respostas manipulativas tem por objetivo modelar o comportamento verbal do terapeuta colocando em extinção as respostas manipulativas, como mandos disfarçados ou distorcidos, tatos distorcidos e respostas de racionalização e ainda reforçando comportamentos verbais puros, como tatos e mandos diretos (Medeiros & Medeiros, 2012).

Falcão (2011) destaca a utilização do questionamento reflexivo, como instrumento de intervenção em PCP. O questionamento reflexivo consiste de uma cadeia de perguntas abertas realizados de forma lógica (Medeiros, 2010; Valls, 2010). O questionamento reflexivo tem por objetivo levar o cliente a fazer suas análises funcionais e descobrir as variáveis que controlam seu comportamento (Medeiros & Medeiros, 2012).

Medeiros & Medeiros (2012) destacam que as perguntas têm predominância na fala do psicoterapeuta pragmático, tendo múltiplas funções e exercendo um papel fundamental nas sessões de terapia. Dentre as principais funções das perguntas estão: a coleta de dados, o reforço de comportamento de ouvinte, o teste de hipóteses e criação de estímulos discriminativos para abordar outros assuntos.

Os instrumentos aqui mencionados da Psicoterapia Comportamental Pragmática foram largamente utilizados nas intervenções clínicas que precederam este trabalho de pesquisa e serão mais bem detalhados no transcorrer do estudo.

## Capítulo 5. Estudos Correlatos

As investigações experimentais para comparar o controle do comportamento por regras e por contingências, segundo Paracampo e Albuquerque (2005), começaram na década de 60 ao mesmo tempo em que Skinner (1963, 1966, citado por Paracampo & Albuquerque 2005) começou a apresentar as suas proposições teóricas, acerca da distinção entre o comportamento controlado por regras e por contingências.

Como resultado destes estudos, a partir do final da década de 70 e início da década de 80, alguns autores começaram a investigar o comportamento controlado por regras. Uma preocupação básica nos estudos da época era encontrar evidências experimentais, que mostrassem que o comportamento controlado por regras podia ser explicado pelos princípios desenvolvidos na Análise Experimental do Comportamento, e que não era necessário desenvolver novos princípios para explicar esse comportamento. Além de explicar o comportamento controlado por regras havia experimentos que tinham o objetivo de explicar experimentalmente os efeitos de verbalizações feitas pelo próprio ouvinte, ao longo de sua exposição às contingências, sobre o seu comportamento não verbal subsequente, ou seja, explicar os efeitos das autorregras sobre o comportamento. O foco da maior parte dos estudos era explicar porque regras são seguidas, sejam elas apresentadas pelo falante ao ouvinte ou emitidas pelo próprio ouvinte, e principalmente, investigar as condições sob as quais o seguimento de regras é mais ou menos provável.

As variáveis sociais foram objeto de estudos na manutenção do comportamento de seguimento de regras, através de experimento realizado por Albuquerque, Paracampo e Albuquerque (2004). O experimento consistia em investigar se o comportamento de seguir regras de crianças, muda ou não, acompanhando mudança nas contingências programadas, quando, após as mudanças nas contingências: 1) a manutenção do comportamento de seguir regra pro-

duz perda de reforçadores e 2) a presença *versus* a ausência do observador, monitorando o seguimento de regra, é manipulada.

Para a realização do experimento foram selecionadas 12 crianças entre oito e nove anos de idade, que foram expostas a um procedimento de escolha segundo o modelo. A tarefa consistia em tocar um de dois estímulos de comparação na presença de um estímulo contextual. As respostas corretas evitavam e as incorretas produziam perda de reforçadores. O experimento consistiu de cinco fases. As Fases 1, 3 e 5 eram iniciadas com uma regra correspondente às contingências; as contingências em vigor na Fase 1 eram revertidas na Fase 2, restabelecidas na Fase 3, novamente revertidas na Fase 4 e finalmente restabelecidas na Fase 5. Os participantes foram atribuídos a duas condições, que diferiam quanto à fase na qual um observador era introduzido na situação experimental: Fase 4 na Condição 1 e Fase 2 na Condição 2.

Os resultados mostraram que dez participantes abandonaram o seguimento de regra nas Fases 2 e 4. De acordo com os autores, esses resultados sugerem que, mesmo quando é monitorado, o seguimento de regras tende a deixar de ocorrer quando produz perda de reforçadores. Os autores sugeriram que pesquisas futuras deveriam manipular tanto a magnitude das variáveis sociais envolvidas no controle por regras, quanto a magnitude das consequências produzidas pelo seguimento de regras, e não apenas a magnitude destas últimas. Tais pesquisas poderiam esclarecer as condições sobre as quais a monitoração do comportamento de seguir regras discrepantes nas contingências tem maior ou menor probabilidade de contribuir para a manutenção deste comportamento.

Albuquerque e Silva (2006) realizaram um estudo que teve como objetivo principal registrar os comportamentos verbais de participantes, ao longo da construção de uma história experimental de reforço. Além disto, o estudo se propôs a observar os efeitos dessa história sobre seguimento subsequente de regras apresentadas pelo experimentador. Estes consideraram ainda que o estudo poderia também ser importante, porque permitiria fazer comparações,

em um mesmo indivíduo, entre os eventuais efeitos de regras formuladas pelos próprios participantes (autorregras) com efeitos de regras apresentadas pelo experimentador.

O referido estudo destacou ainda, como objetivo, verificar se solicitações, por meio de perguntas de descrições do comportamento não verbal que produz reforço, facilita, ou não, a aquisição de discriminações condicionais. Outro objetivo seria verificar se essas descrições do comportamento não verbal funcionam como autorregras discriminando o comportamento não verbal. Participaram deste estudo, nove estudantes universitários sem história experimental prévia. Quatro mulheres e cinco homens com idades variando entre 18 e 40 anos.

O experimento consistiu na apresentação das instruções preliminares aos participantes sobre a comparação de objetos com um modelo nas características cor (C), forma (F) e espessura (E), nesta fase o participante poderia ganhar pontos que seriam trocados por dinheiro, no final da pesquisa. O acendimento de uma lâmpada verde e o incremento em um contador indicaria o ganho de pontos. Na segunda vez que as instruções eram apresentadas as referências às características CFE eram omitidas.

Logo em seguida, o experimentador apresentava para o participante, impresso em uma folha de papel uma das seguintes instruções: A primeira instrução mínima, não especificava sequência de respostas e solicitava que o participante apontasse com o dedo, em sequência, para cada um dos três objetos de comparação, o que deveria acontecer quando uma das lâmpadas, esquerda ou direita acendesse. A segunda instrução, regra discrepante, o comportamento não-verbal de segui-la não era reforçado, consistia em apontar primeiro para a mesma forma, depois para a mesma espessura e por fim para a mesma cor, quando a lâmpada da esquerda estiver acesa. Quando for a lâmpada da direita que estiver acesa o participante deve apontar na sequência para a mesma espessura, depois mesma forma e por fim mesma cor.

Os participantes foram distribuídos em três condições experimentais, cada uma com quatro sessões e realizadas com três participantes. A primeira sessão era iniciada com a apre-

sentação da instrução mínima. As sessões dois e três eram iniciadas com a apresentação de um arranjo de estímulos, sem instruções e a sessão quatro era iniciada com a apresentação da regra discrepante das condições de reforço que especificava as sequências de respostas não verbais FEC e EFC no acendimento das lâmpadas da esquerda e da direita, respectivamente.

Um problema apresentado no estudo consistiu em esclarecer como perguntas funcionam com base em resultados experimentais. Neste estudo o problema de identificar precisamente como as perguntas interferiram no desempenho dos participantes, consiste em separar as funções das perguntas das funções das contingências de reforço programadas. Portanto, no atual estudo esta separação torna-se difícil porque os efeitos das perguntas foram inferidos dos efeitos das contingências de reforço programadas. Ou seja, pode-se inferir que as perguntas exerceram algum efeito sobre o desempenho dos participantes porque, quando elas foram feitas, as contingências de reforço programadas para o comportamento não verbal exerceram controle discriminativo sobre o desempenho dos participantes; e, quando elas não foram feitas, tal controle não foi observado.

Os autores destacam que os resultados do estudo estão de acordo com a proposição que sugere que não basta apenas observar a correspondência entre o comportamento verbal e o comportamento não verbal, antes das mudanças nas contingências, para se afirmar que o comportamento verbal controla o não verbal. Para tanto, também é necessário observar se essa correspondência é mantida, na ausência de reforço programado, após a mudança nas contingências. De modo geral, para se afirmar que um determinado comportamento verbal funciona como autorregra ou como regra é necessário observar se o comportamento que se segue à formulação da autorregra ou à apresentação da regra corresponde ao comportamento previamente descrito e se este comportamento ocorre independentemente de suas consequências imediatas (Albuquerque, 2001; Albuquerque & cols., 2004; Albuquerque & cols., 2003; Al-

buquerque & cols., 2006; Paracampo & Albuquerque, 2004, citados por Albuquerque & Silva, 2006).

No presente estudo há evidências de controle por regras independentemente das consequências programadas, mas não há evidências claras do controle por autorregras. Os autores propõem que tanto o controle por regras como o controle por autorregras deveriam ser avaliados com o mesmo rigor metodológico.

De acordo com esta proposição, pode se dizer que, em uma determinada situação, um comportamento estabelecido por uma regra está sob o controle da regra quando se descarta a possibilidade de que este comportamento esteja sobre o controle de suas consequências imediatas. E pode-se dizer que, uma determinada situação, um comportamento estabelecido por suas contingências imediatas está sobre o controle das contingências de reforço quando se descarta a possibilidade de que esse comportamento esteja sobre o controle de regras, sejam estas regras formuladas do falante para o ouvinte, sejam formuladas pelo próprio ouvinte.

Os autores sugerem que pesquisas futuras deveriam avaliar os eventuais efeitos de autorregras da mesma maneira, que os efeitos de regras têm sido avaliados. Avaliar por exemplo, se o comportamento previamente especificado pela autorregra muda ou não, acompanhando as mudanças nas contingências, e não apenas avaliar se o comportamento verbal antecede o não verbal.

Paracampo e Albuquerque (2004) realizaram um experimento para testar se a manutenção ou não do comportamento de seguir regras depende do tipo de consequência produzida por este comportamento. Nesse estudo quatro crianças foram expostas a um procedimento de escolha segundo o modelo. A tarefa era tocar um de dois estímulos de comparação na presença de um estímulo contextual. No início do experimento o participante recebia 100 fichas do experimentador, o objetivo era evitar a perda das fichas que ao final do jogo poderiam ser trocadas por brinquedos em uma lojinha do experimento. O participante deveria tocar no car-



tão de comparação igual ao cartão modelo quando se acendesse uma luz verde, neste caso o participante não perderia fichas. Quando se acendesse uma luz vermelha o participante deveria tocar no cartão de comparação diferente do cartão modelo, desta forma o participante também não perderia fichas. As respostas consideradas incorretas eram consequenciadas com a perda de fichas por parte do participante. Na condição 1, nenhuma resposta era reforçada. Na condição 2, fase 1, o seguimento de regra evitava perda de reforçadores. Na fase 3, as contingências eram novamente alteradas com o retorno às contingências em vigor na fase 1. Na condição 3, o seguimento de regra não produzia reforço e o não seguimento de regra era reforçado. Na condição 1 todos os quatro participantes seguiram as regras. Na condição 2 todos os quatro participantes seguiram a regra na fase 1 e passaram a se comportar de acordo com as contingências programadas nas fases subsequentes. Na condição 3, três participantes seguiram e três deixaram de seguir a regra.

Na análise dos resultados do experimento, os autores sugeriram que enquanto o observado nas condições 1 e 2 juntos, corroboram a proposição que sugere que a manutenção, ou não, do comportamento de seguir regras depende, em parte, do tipo de consequência produzida por este comportamento, os resultados da condição 3, questionam esta proposição, uma vez que as consequências programadas eram as mesmas para todos os participantes desta condição e três participantes deixaram de seguir as regras e três às seguiram. Paracampo e Albuquerque (2004) entendem que a manutenção do seguimento de regras pode depender, em parte, do contato com as consequências diferenciais para o seguimento e para o não seguimento de regra, e não do contato isolado com as consequências para o seguimento de regra. Isto considerando que os três participantes que abandonaram o seguimento da regra discrepante na condição 3 tiveram o comportamento de não seguir a regra reforçada. Os autores sugerem que outras variáveis podem interferir no comportamento de seguir regra discrepante, tais como o

tempo de exposição à discrepância regra/contingência e o tipo de consequência produzida pelo comportamento.

Braga, Albuquerque, Paracampo e Santos (2010), realizaram um experimento que tinha por objetivo manipular as propriedades formais dos estímulos antecedentes verbais, isto é, investigar, por exemplo, os efeitos de estímulos apresentados na forma de pergunta com os efeitos de estímulos apresentados na forma de instrução. Investigar também, estímulos que especificam e estímulos que não especificam o comportamento que produz reforço. O estudo foi particularmente importante no sentido de esclarecer qual o papel de tais propriedades formais na determinação dos efeitos dos estímulos antecedentes verbais. Participaram deste experimento, 24 estudantes universitários sem história experimental prévia.

No experimento a instrução correspondente especificava a sequência de respostas que produziria reforço, ou seja, apontar para a mesma cor, forma e espessura do objeto comparando com um modelo. A ordem poderia ser alterada dependendo da sessão experimental. A instrução mínima, não especificava sequência de respostas e dizia ao participante que quando apresentado o objeto modelo ele deveria apontar para cada um dos três objetos de comparação na sequência para ganhar pontos. A pergunta correspondente especificava na forma interrogativa, a sequência de respostas que produziria reforço e era formalmente similar à instrução correspondente, para tornar os seus efeitos comparáveis. Por fim, a pergunta mínima, não especificava a sequência de respostas e era formalmente similar à instrução mínima, para tornar seus eventuais efeitos comparáveis.

Os resultados do estudo apontaram que a instrução e a pergunta correspondente mostraram maior eficiência em estabelecer o comportamento correto quando comparada com a instrução e a pergunta mínima. Resultado atribuído ao fato da instrução e a pergunta correspondente especificarem o comportamento correto.

Campello (2011) realizou um estudo com o objetivo de avaliar a sensibilidade comportamental diante de condições de regras, autorregras com modelagem, autorregras sem modelagem e de comportamentos modelados por contingências no cumprimento de uma tarefa. A tarefa consistia em digitar sequências de quatro elementos em um procedimento informatizado. O experimento consistia em acertar uma sequência correta em um jogo de computador. Uma sequência era definida como correta pelo experimentador, nas condições de regra e de modelagem ou pelo participante na condição de autorregra. O comportamento de digitar a sequência igual a correta foi reforçado por uma tela de reforço enquanto as diferentes recebiam uma tela de extinção. Em um determinado momento do jogo a sequência era alterada pelo experimentador com o objetivo de verificar o número de tentativas que o participante variou a sua resposta comparada com a sequência inicial como medida de sensibilidade comportamental.

Participaram desta pesquisa 15 pessoas, com idades entre 17 e 30 anos, divididas em três grupos experimentais. Para permitir a comparação individual, intragrupo e intergrupos, cada grupo foi submetido à duas condições: Regra/Autorregra sem Modelagem, Autorregra sem Modelagem/Modelagem e Modelagem/Autorregra sem Modelagem.

Os resultados apresentados no experimento apontam que condições de autorregras geram maior sensibilidade comportamental, enquanto que condições de regra resultam em menor sensibilidade comportamental de digitar sequência, quando houve mudança nas contingências. Da mesma maneira, condições iniciais de autorregras parecem aumentar a sensibilidade do comportamento em condições posteriores de regras, e condições iniciais de regra podem ter gerado menor sensibilidade comportamental em condições seguintes de autorregras.

Até agora foram relacionados estudos de pesquisa básica, alguns abordando temas bastante correlatos ao estudo atual e outros sobre temas que não são diretamente ligados ao tema presente estudo, mas que podem contribuir para a expansão da discussão sobre seguimento de

regras e autorregras. A partir deste ponto, serão apresentados estudos de pesquisa em clínica, que abordam temas muito próximos do tema tratado aqui. A separação em estudos de pesquisa básica e de pesquisa clínica é exclusivamente por uma opção de organização do autor.

Em estudo realizado em 2004, Donadone tinha por objetivo descrever o comportamento de orientar de terapeutas comportamentais experientes e pouco experientes. No referido estudo a autora buscava respostas para questões como: Se terapeutas comportamentais usam a estratégia de orientar seus clientes, se há diferença quanto à frequência de aplicação de orientações por terapeutas comportamentais experientes ou pouco experientes, se há diferença quanto ao tipo de orientação utilizado pelas duas categorias de terapeutas, se clientes se auto-orientam e se as auto-orientações se mostram com frequências diferentes em clientes atendidos por terapeutas experientes e pouco experientes.

Os participantes desta pesquisa foram nove terapeutas, sendo três experientes e seis pouco experientes. Os terapeutas pouco experientes tinham no mínimo dois anos e nove meses de experiência clínica e no máximo três anos de experiência em atendimento clínico. Foram divididos em três blocos por universidade de formação e supervisor. Os terapeutas experientes tinham no mínimo 15 anos e no máximo 28 anos de experiência em atendimento clínico. O número de casos atendidos pelos terapeutas experientes variou de 100 a 1.400 casos, com relação aos terapeutas pouco experientes este número variou de 18 a 100 casos.

Neste estudo participaram 27 clientes, 22 do sexo feminino e cinco do sexo masculino, com idades que variavam entre 18 e 54 anos. O estado civil predominante foi solteiro (19 clientes) seguido de casados (seis clientes) e divorciados (dois clientes). O tempo em terapia na época da coleta de dados variava de quatro meses a quatro anos.

O procedimento do estudo consistiu em gravar três sessões de atendimento de cada terapeuta com três diferentes clientes e queixas aleatórias. Após a transcrição das gravações, as falas dos clientes e terapeutas foram numeradas e categorizadas. As medidas tomadas foram:

contagem do número de palavras emitidas pelo terapeuta durante a sessão, contagem do número de palavras em falas contendo orientação e contagem de orientações; contagem do número de palavras emitidas pelo cliente durante a sessão, contagem do número de palavras em falas contendo auto-orientação e contagem de auto-orientações.

A análise dos resultados constatou a presença significativa da estratégia de orientação nas sessões. Em 97,5% das sessões foi observado o uso de orientações, sendo em 100% das sessões de terapeutas pouco experientes e 92,6% das sessões de terapeutas experientes.

O uso de auto-orientação está presente em 53,1% das sessões analisadas, sendo que nas sessões de terapeutas experientes os clientes auto-orientaram-se em 66,7% das sessões e nas sessões dos terapeutas pouco experiente a auto-orientação dos clientes foram identificadas em 46,3% das sessões.

Com relação à proporção média de orientação utilizada pelos terapeutas em suas sessões há diferenças significativas entre terapeutas experientes e pouco experientes. Os terapeutas experientes utilizaram 17,5% de suas sessões em estratégias de orientações e os terapeutas pouco experientes utilizam 9,6% orientando seus clientes. As auto-orientações estão presentes em 1,5% das falas dos clientes de terapeutas experientes e em 0,6% das falas de clientes de terapeutas pouco experientes.

No presente trabalho considerou-se mais vantajoso, em termos terapêuticos, utilizar a estratégia de auto-orientação por parte dos clientes, pois assim estaria se aproveitando das vantagens do seguimento de regras (como a rapidez da mudança) e também entrando em contato com as contingências em vigor, pois ao se auto-orientar o cliente descreve a si mesmo as consequências de suas ações.

Há de se considerar que todos os terapeutas que participaram deste trabalho se autodenominaram terapeutas comportamentais radicais, que de forma geral, utilizam-se de uma prá-

tica terapêutica mais diretiva e, portanto, fazem uso da orientação como instrumento de mudança comportamental do cliente.

Ainda no contexto clínico, Sousa (2009) realizou um estudo que tinha como objetivo a observação de algumas variáveis concernentes ao controle verbal do comportamento. O estudo consistiu em verificar se os clientes seguiam mais as regras emitidas por seus terapeutas ou as regras formuladas por eles mesmos, ou seja, autorregras. Catania (1998/1999, citado por Sousa, 2009) no estudo, observou que em estudos empíricos, é mais frequente a emissão de respostas não verbais quando houve modelagem das respostas verbais correspondentes do que quando elas são instruídas por outras pessoas. O referido estudo se justificou principalmente pela importância de se verificar a efetividade das intervenções terapêuticas feitas por psicólogos clínicos em Análise do Comportamento, no que se refere a emitir ou não regras durante o processo.

O estudo foi realizado em uma clínica escola de um centro universitário privado de Brasília, participaram do estudo três terapeutas estagiários e três clientes. Durante o estudo foram gravadas em áudio digital três sessões de cada cliente que foram posteriormente analisadas para a identificação e registro das regras emitidas pelos terapeutas e das regras emitidas pelos próprios clientes. Esta segunda categoria de regras foi dividida entre as autorregras elaboradas dentro das sessões terapêuticas e as autorregras elaboradas fora do contexto terapêutico. Posteriormente, os relatos de cinco sessões foram analisados para verificar que tipo de regra o cliente estava seguindo ao longo da terapia.

As regras foram definidas como emissões do terapeuta, implícita ou explicitamente, descrevendo comportamentos a serem emitidos pelos seus clientes, explicitando ou não as consequências desses comportamentos. As regras foram identificadas caso começassem pelo nome próprio, ou pelo pronome você, acompanhadas pelos verbos: “tem que”, “precisa”, “necessita”, “deve”, por “é essencial que”, “é importante que”, “é fundamental que”, “É necessá-

rio que”, em frases condicionais, isto é, “se... então...”, como por exemplo “se você for para casa, então ele irá te perdoar”. No caso das autorregras, que também se referiam às relações entre o comportamento e as consequências, foram identificadas caso começassem pelo pronome “eu”, ou quando foi dito em terceira pessoa, mas se referindo ao próprio cliente, emissor da autorregra.

A análise dos resultados deste estudo permite que sejam feitas algumas considerações sobre o uso de regras e autorregras em terapia. A primeira constatação é a elevada frequência com que os participantes da pesquisa emitiram autorregras que haviam formulado anteriormente ao processo terapêutico. Também foi observado, o fato de tais autorregras permanecerem exercendo controle sobre o repertório comportamental dos clientes, haja vista a frequência relativamente alta de seguimento destas regras. Os resultados também apontam para um percentual significativamente baixo de seguimento de regras, principalmente das regras emitidas pelos terapeutas. No estudo as regras geradas pelos próprios clientes na interação com o terapeuta teve percentualmente os maiores índices de seguimento.

O estudo permitiu o levantamento de alguns questionamentos importantes do uso de regras e autorregras na prática clínica, porém a autora sugeriu que outros estudos sejam realizados para que se possa chegar a conclusões mais confiáveis a respeito das discussões levantadas.

De forma complementar ao estudo realizado por Souza (2009), Souza e cols.. (2010) realizaram um estudo que tinha como objetivo investigar o efeito de regras e autorregras como intervenção terapêutica. Participaram deste estudo, seis clientes e seis terapeutas estagiários de uma clínica escola de Brasília. Os procedimentos e instrumentos utilizados no experimento foram similares aos do estudo realizado por Souza (2009).

No presente estudo, também foi observada a discrepância entre regras emitidas e regras seguidas em todas as categorias e todos os participantes. O que corrobora os resultados

apresentados por Souza (2009), e o que ressalta Medeiros (2010) de que mudanças nas respostas verbais dos indivíduos nem sempre são acompanhadas de mudanças nas respostas não verbais correspondentes. Confirmando também os resultados apresentados no estudo de Souza (2009), no presente estudo há evidências de que indivíduos seguem mais as autorregras quando comparadas com as regras emitidas pelos terapeutas.

Há de se considerar que tanto no estudo apresentado por Souza (2009) quanto no estudo realizado por Souza e cols (2010), o número de regras emitidas pelos terapeutas foram bastante reduzidas. Isto ocorre pelo fato de não ser incentivada a emissão de regras na prática terapêutica adotada no referido estágio.



## **Objetivos do Estudo**

O Objetivo deste trabalho foi investigar que tipos de regras, como forma de intervenção terapêutica, são mais frequentemente seguidas pelos clientes em Análise do Comportamento Aplicada à Clínica. As regras emitidas pelo terapeuta ou as autorregras geradas pelo cliente. Orientações, instruções, sugestões, conselhos, avisos e até mesmo ordens, em Análise do Comportamento são tratados por regras. As autorregras são criadas pelo próprio cliente, a partir de questionamentos feitos pelo terapeuta, isto é, o terapeuta através de perguntas abertas, conduz o paciente a elaborar descrições verbais das situações cotidianas a que estão expostos.

No senso comum diz-se que pessoas tendem a defender mais as próprias ideias que as ideias dos outros. Há evidências, apresentadas em resultados de outros estudos, que é mais provável que um indivíduo em terapia siga mais as regras formuladas por ele mesmo que as regras emitidas pelo terapeuta.

O estudo aqui exposto pretende observar tal possibilidade, ou seja, se clientes seguem mais as regras elaboradas por ele mesmo ou as regras emitidas pelo terapeuta, considerando as oportunidades de seguimento.

## Capítulo 6. Método

### 6.1 Participantes

A pesquisa foi realizada com dois clientes e um terapeuta estagiário de uma clínica escola de Brasília. Os participantes da pesquisa foram escolhidos de forma aleatória entre os clientes atendidos pelo estagiário/terapeuta nos projetos de Clínica Comportamental Adulto e Adolescente do Serviço de Psicologia da referida clínica-escola. A participação dos clientes foi feita de forma voluntária e a concordância em participar da pesquisa foi feita através da assinatura dos Termos de Consentimento Livre e Esclarecido – TCLE (Apendice A).

#### 6.1.1 Descrição dos Casos

Nome: **Aline** (nome fictício):

Sexo: Feminino

Idade: 37 anos

Estado civil: Divorciada

Profissão: Servidora Pública

Escolaridade: Superior Completo (Psicologia)

Descrição: A cliente tem duas filhas de quinze e sete anos de idade, nasceu em Salvador, mora em Brasília há quatro anos, com a filha mais nova e a mãe, está separada do ex-marido há três anos, a filha mais velha mora com o pai. Apresentou como queixa principal ao procurar terapia dificuldades de relacionamento com o ex-marido, afetando inclusive sua relação com as filhas. Os comportamentos alvo na terapia estão relacionados com estas dificuldades em se relacionar com o ex-marido, e sua atual esposa, por exemplo: agressões verbais com ambos, escrever cartas e e-mails que não são lidos por ele, discussões sobre a forma de educação das filhas. Também foram elencados alguns comportamentos alvo em outros con-

textos da vida da cliente, tais como: dificuldade de exposição de suas ideias no ambiente de trabalho, sair para se divertir com os colegas de trabalho e fazer programas nos finais de semana acompanhada de outras pessoas, por fim, a cliente também se queixou de dificuldades de exposição em sala de aula, contexto onde também foram definidos alguns comportamentos alvo.

Nome: **Cláudia** (nome fictício):

Sexo: Feminino

Idade: 23 anos

Estado civil: Solteira

Profissão: Desempregada

Escolaridade: Segundo Grau Completo

Informações Gerais: A cliente tem um filho de dois anos de idade, nasceu e mora em Brasília, com sua mãe, o filho e uma irmã. A queixa principal ao procurar terapia está relacionada ao fato de ter sofrido agressões físicas por parte do ex-namorado, pai do seu filho, fato que a levou a procurar ajuda policial, desencadeando em um processo da Lei Maria da Penha. A cliente foi encaminhada à clínica escola pela Juíza que acompanha o caso. Os comportamentos definidos como alvo, no processo terapêutico da cliente, estão diretamente ligados a sua relação com o pai do seu filho, por exemplo: reagir ao receber ameaças físicas, ouvir xingamentos por telefone, evitar conversar sobre pensão alimentícia para o filho, encontrar com o ex-namorado de forma desprotegida, buscar relacionamentos onde ela é sempre desrespeitada. Outros contextos da vida da cliente, voltados para sua qualificação profissional e procura de emprego, também foram definidos como comportamentos alvo, tais como: preparar *Curriculum vitae*, fazer cadastro em agências de emprego, procurar cursos profissionalizantes, fazer uma rede de relacionamentos profissionais, etc.

## **6.2 Local**

As sessões de psicoterapia e de análise dos dados ocorreram em uma clínica escola de Brasília/DF. Foram utilizados os consultórios do Centro, que tem dimensões de 12 metros quadrados (4 m x 3 m). Os referidos consultórios possuíam isolamento acústico, ar-condicionado, duas poltronas, uma para o terapeuta e outra para o cliente, uma mesa e uma cadeira de apoio. Os atendimentos poderiam ser observados pelo supervisor da atividade e colegas de estágio a partir das salas de observação contíguas aos consultórios.

## **6.3 Materiais/Equipamentos/Instrumentos.**

Foi utilizado um modelo de Termo de Consentimento Livre e Esclarecido – TCLE, para os clientes participantes da pesquisa (Apêndice A), um gravador de voz digital MP3, protocolo de registro, caneta e um microcomputador portátil.

## **6.4 Procedimento**

As sessões foram gravadas em áudio digital, oito para a cliente Aline e sete para a cliente Cláudia. A partir da terceira sessão, tempo dedicado para o levantamento de dados e a construção do vínculo terapêutico, o terapeuta pesquisador emitiu três regras em contextos específicos da vida das clientes. No mesmo período, o terapeuta, com o uso de questionamento reflexivo, fez com que as clientes formassem outras três regras, ou seja, criassem autorregras, nos mesmos contextos específicos de suas vidas. O conteúdo gravado das sessões foi analisado, registrando-se as regras emitidas pelo terapeuta-estagiário e as regras geradas pelo próprio cliente.

As regras foram divididas em duas categorias: Regras emitidas pelo terapeuta durante as sessões de psicoterapia e regras formuladas pelos clientes também durante o processo tera-

pêutico. Esta segunda categoria é composta por regras formuladas a partir de questionamentos reflexivos, que consiste em conjuntos de perguntas abertas encadeadas de forma lógica, formulados pelo terapeuta, com o objetivo de permitir ao próprio cliente estabelecer relações entre os comportamentos e suas consequências. Esta categoria foi identificada pelo nome de regras geradas. As perguntas abertas, diferentemente das perguntas fechadas que permitem respostas do tipo sim ou não, incentivam ao cliente formular respostas mais elaboradas, que exigem consequentemente uma reflexão maior sobre o assunto.

Para melhor exemplificar serão transcritos dois trechos, para cada cliente da pesquisa, de diálogos ocorridos durante as sessões de terapia. Para cada transcrição, o primeiro trecho apresenta a emissão de uma regra por parte do terapeuta e no segundo é evidenciado o questionamento reflexivo com a consequente emissão de uma autorregra pela cliente. Neste caso, em função da pouca experiência do terapeuta e consequentemente a dificuldade de manter o questionamento reflexivo, a emissão de algum tipo de regra.

#### **Diálogo 1 (Aline)**

**T (Terapeuta):** Aline, você tem falado ultimamente com o seu ex-marido?

**C (Cliente):** Bem pouco, a maioria das vezes por telefone para tratar sobre questões relacionadas às nossas filhas, mas é sempre aquele stress, quando eu começo a falar ele me corta e já dispara o falatório.

**T:** Como assim?

**C:** Ele não me escuta de jeito nenhum, eu fico do outro lado da linha morta de raiva, só escutando a gritaria dele.

**T:** Se é assim, porque você fica escutando e não desliga o telefone?

**C:** Acho que é isso mesmo que eu vou fazer, ele não tá interessado no que eu tenho à dizer mesmo!

#### **Diálogo 2 (Aline)**

**C:** O João (nome fictício), pai das meninas me ligou prá tratar sobre as férias de julho.

**T:** E aí como foi a conversa de vocês?

**C:** Bem, no início ele já veio definindo que as meninas iam viajar com ele e a esposa, no início do mês.

**T:** E desta forma fica bom prá você e as suas filhas também?

**C:** Não sei, porque eu também estava programando um passeio para a mesma época.

**T:** No início do mês?

**C:** É isso, inclusive já marquei até férias para o período, então eu teria que mudar as férias o que é um problema no meu trabalho.

**T:** E o seu ex-marido, também já está com férias marcadas?

**C:** Não, ele é autônomo e não tem este problema.

**T:** Você disse que nas férias de final de ano aconteceu a mesma coisa e você ficou calada mesmo ficando prejudicada.

**C:** Foi mesmo, acabei tendo que ficar menos tempo na praia com as meninas.

**T:** Você acha que dava pra ter sido diferente? De uma forma que ficasse melhor pra todos?

**C:** Acho que sim, porque quem levou a pior fui eu!

**T:** Que caminhos você poderia ter tentado para as férias terem sido diferentes?

**C:** Eu não deveria ter aceitado a situação como definitiva e mostrado como ficaria melhor pra mim.

**T:** O que impediu de você fazer isto?

**C:** O desgaste de uma conversa com o João, é sempre muito difícil de ele aceitar qualquer contra proposta.

**T:** E sem enfrentar este desgaste, como a situação poderia ter se resolvido?

**C:** Não tinha outra maneira, só conversando e negociando, para que eu não fique sempre submetida à vontade dele.

**T:** E aí, de que forma você acha que deve agir com relação ao problema das férias de julho?

**C:** É eu acho que tenho que conversar e explicar como eu tinha me programado, falar da dificuldade de mudar o meu período de férias, bem, defender o meu ponto de vista. Não vejo outro jeito!

**T:** Concordo com você, boa sorte!

### **Diálogo 1 (Cláudia)**

**C (Cliente):** Neste final de semana o pai do meu filho esteve lá em casa para irmos juntos fazer compras de material escolar que ele está precisando.

**T (Terapeuta):** Cláudia, ele paga pensão alimentícia para o seu filho?

**C:** Não, às vezes quando eu peço, ele ajuda com alguma coisa.

**T:** Acho que você deveria procurar a Defensoria Pública com o objetivo de estabelecer o pagamento de pensão alimentícia para seu filho, só assim ele teria que comparecer com o valor definido pela justiça.

**C:** Sem dúvidas, acho que ele deveria ser obrigado a pagar a pensão e ser descontada direto do seu salário.

**T:** É isso mesmo, penso que você deveria ir até a Defensoria para se informar melhor sobre este assunto.

**C:** Vou fazer isto o mais rápido possível, depois eu te falo como ficou resolvido.

**T:** Tá certo!

### **Diálogo 2 (Cláudia)**

**C:** O pai do meu filho foi lá em casa ontem à noite e nós fomos juntos ao mercado para comprar umas coisas que estavam faltando, somente coisas para o menino, como: iogurte, biscoitos, leite, suco, etc...

**T:** Cláudia, como que ele ficou sabendo que estas coisas estavam faltando?

**C:** Eu telefonei para ele, todo mês eu tenho que ligar para lembrá-lo destas coisas, às vezes ele já chega com tudo comprado e nem sempre é o que estava precisando mais.

**T:** De que outra forma você acha que esta situação poderia ser resolvida?

**C:** Não sei exatamente, mas uma coisa eu sei, como sou eu que convivo no dia-a-dia com meu filho então eu sei o que ele realmente está necessitando.

**T:** Bom, então vamos pensar juntos, se o seu filho mora com você, certamente você melhor que ninguém sabe o que ele precisa, mas por outro lado, é o pai do seu filho que muitas vezes tem comprado estas coisas para ele, então vocês dois tem função importante nesta questão, o que você acha disso?

**C:** Eu sei que o papel dele é importante, principalmente porque estou desempregada, senão eu mesma comprava, o problema é que muitas vezes ele não se lembra de depositar ou trazer o dinheiro, ou então, compra o que não está precisando.

**T:** Estou entendendo que se você tivesse o dinheiro, em sua opinião, você seria mais capaz de comprar o que seu filho está realmente precisando.

**C:** É isso mesmo, só que o dinheiro não poderia faltar, porque as coisas acabam e tem que comprar tudo de novo.

**T:** Considerando que você não tem uma renda fixa atualmente, como você poderia resolver isto?

**C:** Eu teria que pedir o dinheiro para o meu ex-namorado, mas ele tinha que ter o compromisso de não faltar com este dinheiro, só que ele não é organizado com dinheiro, quando nós estávamos juntos eu que cuidava do dinheiro dele, do pagamento das contas, etc.



**T:** Pense em uma forma para que você pudesse garantir que este dinheiro estivesse disponível todos os meses?

**C:** Não vejo outra maneira, vou ter que falar com ele sobre pagamento da pensão alimentícia, penso que só assim a coisa poderia ser resolvida.

**T:** Eu acho que é uma forma de você preservar os direitos do seu filho ter suas necessidades atendidas.

Após os registros feitos no protocolo de registros (Apêndice B), das oportunidades de seguimento e o seguimento em si das regras, foram feitas novas análises pelos pesquisadores objetivando identificar, a partir dos relatos dos clientes, durante as sessões subsequentes, as oportunidades de seguimento das regras, emitidas e geradas e a quantidade de vezes que as duas categorias de regras foram seguidas, ou seja, estabelecer uma relação comparativa entre o seguimento das regras emitidas pelo terapeuta e das regras geradas pelo próprio cliente considerando as oportunidades de seguimento que se apresentaram aos clientes.

Durante as análises das sessões foram consideradas como seguimento ou oportunidades de seguimento das regras, situações corriqueiras vivenciadas pelas clientes que pudessem ser identificadas como pertencentes a um dos contextos de vida nos quais as regras foram emitidas ou geradas. Por exemplo, se a cliente Aline recebeu um convite para sair para um *happy hour* com os colegas de trabalho, este fato nas análises dos relatos das sessões, foi contabilizado como uma oportunidade de seguimento de regras dentro do contexto melhoraria/incremento da vida social. Se o convite foi aceito o fato também foi contabilizado como seguimento da regra emitida “Sair com os colegas de trabalho”, dentro do mesmo contexto da vida da cliente.

## Capítulo 7. Resultados

Na Tabela 1 descrevem-se os contextos específicos de vida da cliente Aline, nos quais o terapeuta pesquisador emitiu ou proporcionou a geração de regras, além das regras emitidas pelo terapeuta ou geradas pela cliente, durante as sessões preliminares do processo terapêutico.

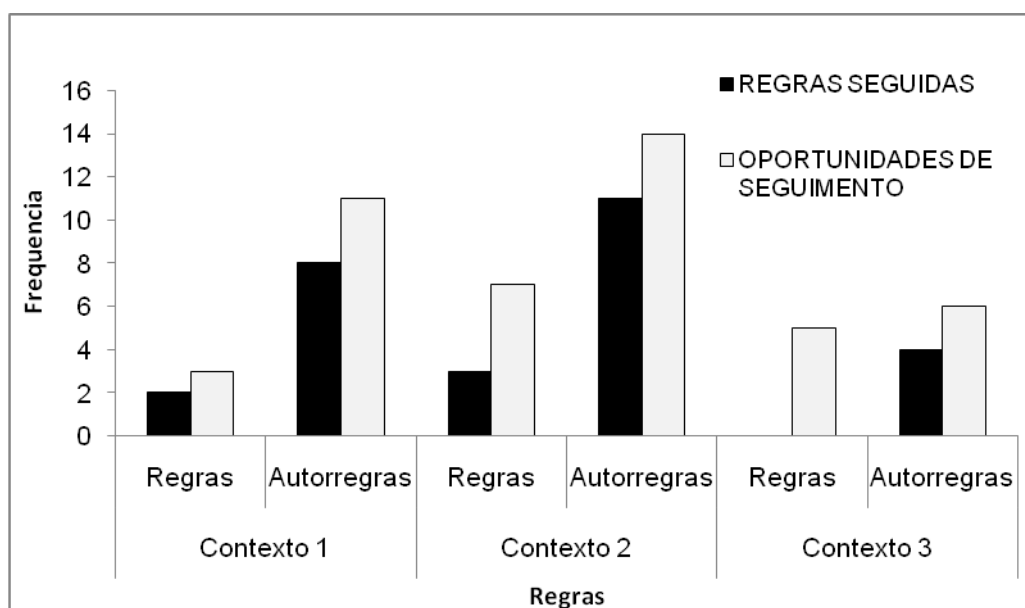
**Tabela 1** – Regras emitidas e geradas nos contextos de vida da cliente Aline.

Contextos de Vida	Regras Emitidas	Regras Geradas
1 - Desqualificações pessoais praticadas pelo ex-marido	Desligar o telefone quando o ex-marido começar a dizer as desqualificações	Defender o próprio ponto de vista
2 - Melhoria/Incremento da vida social	Sair com os colegas de trabalho	Fazer programas junto com outras pessoas nos finais de semana
3 - Medo de exposição em público	Fazer treinamento de leitura em frente ao espelho	Voluntariar-se para ler em voz alta na sala de aula

Na Tabela 1 estão descritas as regras emitidas pelo terapeuta à cliente Aline e as autorregras geradas nas sessões terapêuticas. Os contextos de vida descritos na Tabela 1 são situações do cotidiano em áreas específicas da vida da cliente, em que a mesma relatou alguma insatisfação e vontade de fazer mudanças.

Na Figura 1 apresentam-se os resultados levantados nas sessões terapêuticas da cliente Aline. A figura mostra as frequências de seguimento das regras geradas pela cliente e das re-

gras emitidas pelo terapeuta nos contextos de vida específicos da cliente, além da frequência de oportunidades de seguimento das mesmas regras, nos mesmos contextos de vida.

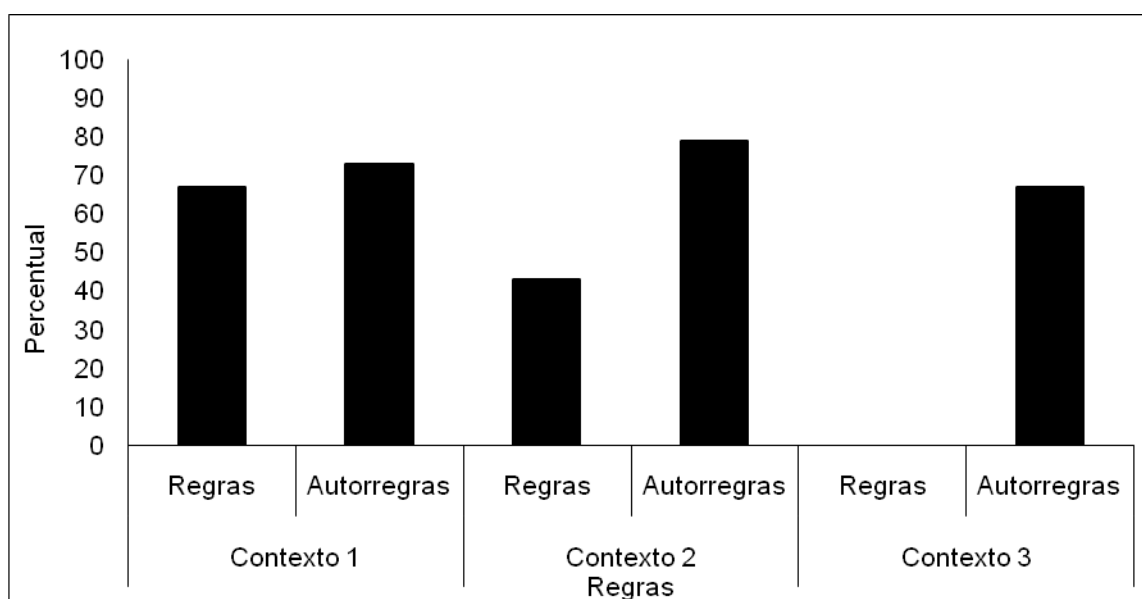


**Figura 1: Frequência de seguimento de regras emitidas e geradas e frequência de oportunidades de seguimento das mesmas.**

Na Figura 1 o eixo X contém as regras emitidas pelo terapeuta ou geradas pela cliente nos contextos de vida específicos e as oportunidades de seguimento das mesmas regras, enquanto que no eixo Y está a frequência de seguimento e de oportunidades de seguimento das regras por categoria. A cliente Aline no contexto de vida 1, apresentou um número significativo de seguimento de regras emitidas de forma oposta ao contexto de vida 3 onde não houve seguimento de regras nesta categoria. De uma forma geral as oportunidades de seguimentos e o seguimento em si das regras geradas são nitidamente maiores que os da categoria de regras emitidas.

A Figura 2 mostra no eixo X as categorias de regras – Emitidas e Geradas nos contextos de vida específicos da cliente Aline e no eixo Y, apresenta-se a porcentagem de seguimento de cada uma das categorias de regras, considerando as oportunidades apresentadas durante o processo. Através dos percentuais fica mais evidente a tendência de maior seguimento das

regras geradas no processo terapêutico e um seguimento bastante reduzido de seguimento das regras emitidas pelo terapeuta, com exceção do contexto 1, em que os valores foram similares.



**Figura 2: Frequência de seguimento das regras emitidas e geradas nos contextos de vida específicos da cliente Aline.**

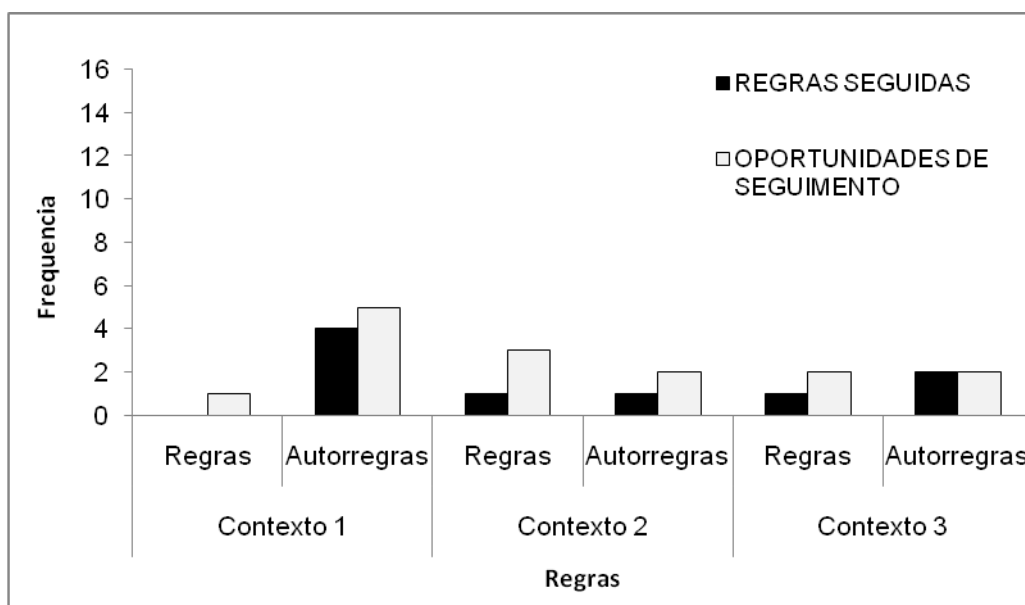
Na Tabela 2 descrevem-se os contextos específicos de vida da cliente Cláudia, nos quais o terapeuta pesquisador emitiu ou proporcionou a geração de regras, além das regras emitidas pelo terapeuta ou geradas pela cliente, durante as sessões preliminares do processo terapêutico.

**Tabela 2 – Regras emitidas e geradas nos contextos de vida da cliente Cláudia.**

Contextos de Vida	Regras Emitidas	Regras Geradas
1 - Pensão alimentícia para o filho	Consultar a defensoria pública da união	Conversar com o pai da criança sobre o assunto
2 - Procura de emprego	Fazer um cadastro no SINE e agências de emprego	Entregar Curriculum vitae nas empresas
3 - Qualificação Profissional	Procurar cursos gratuitos/baixo custo	Procurar cursos de idiomas e internet

Na Tabela 2 estão descritas as regras emitidas pelo terapeuta à cliente Cláudia e as autorregras geradas nas sessões terapêuticas. Os contextos de vida descritos na tabela 2, são situações do cotidiano em áreas específicas da vida da cliente, em que a mesma relatou alguma insatisfação e vontade fazer mudanças.

Na Figura 3 apresentam-se os resultados levantados nas sessões terapêuticas da cliente Cláudia. A figura mostra as frequências de seguimento das regras geradas pela cliente e das regras emitidas pelo terapeuta nos contextos de vida específicos da cliente, além da frequência de oportunidades de seguimento das mesmas regras, nos mesmos contextos de vida.

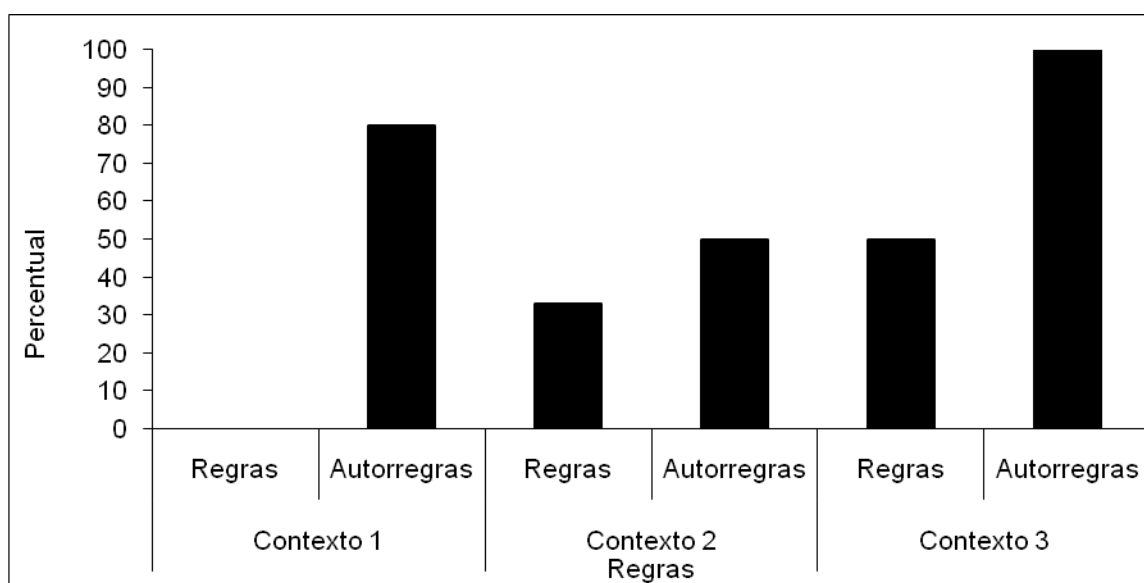


**Figura 3: Frequência de seguimento de regras emitidas e geradas e frequência de oportunidades de seguimento das mesmas.**

Na Figura 3 o eixo X contém as regras emitidas pelo terapeuta ou geradas pela cliente nos contextos de vida específicos e as oportunidades de seguimento das mesmas regras, enquanto que no eixo Y está a frequência de seguimento e de oportunidades de seguimento das regras por categoria. Os dados levantados da cliente Cláudia apresentam um número menor que os apresentados pela cliente anterior, porém mesmo com a reduzida amostra, pode-se ob-

servar a tendência de maior seguimento das regras geradas no processo terapêutico quando comparadas com as regras emitidas pelo terapeuta.

A Figura 4 mostra no eixo X as categorias de regras – Emitidas e Geradas nos contextos de vida específicos da cliente Cláudia. No eixo Y, apresenta-se a porcentagem de seguimento de cada uma das categorias de regras, considerando as oportunidades apresentadas durante o processo. Levando em consideração que a amostra dos dados levantados para a cliente foi reduzida, os percentuais foram importantes para corroborar a tendência de maior seguimento das regras geradas no processo em detrimento das regras emitidas pelo terapeuta. Considerando a pequena frequência apresentada na Figura 3, a análise dos percentuais mostrados na Figura 4 ficam prejudicados.



**Figura 4: Frequência de seguimento das regras emitidas e geradas nos contextos de vida específicos da cliente Cláudia.**

## Capítulo 8. Discussão

Ao avaliar os dados de outras pesquisas sobre seguimento de regras e autorregras realizadas em uma clínica escola de Brasília/DF, nos projetos de Clínica Comportamental Adulto e Adolescente, foi observado um baixo número de regras emitidas pelos terapeutas estagiários. Este fato ocorre por ser uma prática não incentivada na abordagem clínica, Psicoterapia Comportamental Pragmática (PCP) de Medeiros & Medeiros, (2012), que é utilizada na orientação do referido estágio. Considerando tal fato, foi decidido realizar esta pesquisa de forma a não considerar a orientação da abordagem, ou seja, evitar ao máximo a emissão de regras por parte do terapeuta.

Na atual pesquisa, foi realizada de forma controlada, a emissão de um número específico de regras (três), para cada cliente, com o objetivo de confrontar o número de seguimentos das regras emitidas pelo terapeuta com o número de seguimentos de regras geradas no processo terapêutico.

Os resultados apresentados nesta pesquisa permitem que sejam feitas considerações importantes sobre a utilização de regras e autorregras na clínica de Análise do Comportamento. A primeira questão a ser destacada, observando os dados levantados na pesquisa, é com relação às regras emitidas pelos terapeutas. Pode ser observado, em todos os gráficos, que o seguimento de regras emitidas, considerando as oportunidades de seguimento é baixo em comparação com as regras geradas nas mesmas situações. O baixo seguimento de regras emitidas pelo terapeuta também foi observado nos estudos realizados por Souza (2009) e Souza e cols (2012), apesar da diminuta emissão de regras nos dois estudos, por motivos já explicados.

No estudo atual, o único caso que apresenta alto seguimento de regra na categoria emitida, como pode ser observado no contexto de vida 1 da cliente Aline, foi pelo fato desta mesma regra emitida ter sido apresentada pela cliente, em sessão terapêutica anterior ao mo-

mento em que o terapeuta a emitiu. Portanto, esta regra emitida, coincide com outra regra gerada pela cliente em outro momento do processo terapêutico e também coincide com a categoria de regras trazidas de Souza (2009), a qual incidiu em grande número de seguimentos. A pouca experiência do terapeuta em atendimentos clínicos pode ter sido a razão do erro na emissão da regra supracitada.

Segundo Medeiros (2010), a incidência no seguimento de regras, nas formas de conselhos, ordens, sugestões ou instruções é baixa e nas vezes em que ocorre é quase sempre pelo fato de coincidir com o que a pessoa já faria. Ainda segundo o autor, o relato do ouvinte de que concorda ou não com o conselho não tem muita importância, a pessoa mesmo concordando com a regra só vai seguir se já estiver propensa para tal.

O autor destaca o número de seguimentos das regras geradas na terapia. Este número é consideravelmente maior que o número de regras emitidas, considerando as oportunidades de seguimentos. No senso comum, é propagado que as pessoas tendem a defender mais as próprias ideias que as ideias de outras pessoas, mesmo que se concorde com elas (Medeiros, 2010). Entende-se que as pessoas estariam mais propensas a seguirem as próprias autorregras que as regras que lhe forem impostas (Catania & cols. 1982 citado por Souza, 2009), ou seja, quando seguindo as próprias autorregras, o indivíduo entende que ali tem uma contribuição pessoal maior. Os resultados apresentados por Souza e cols (2012) corroboram a afirmação de que as autorregras geradas no processo terapêutico tendem a ser mais seguidas que as regras emitidas pelo terapeuta.

Segundo Albuquerque e Silva (2006), um fator importante em estudos sobre o seguimento de regras, é a viabilização de experimentos que permitam fazer comparações em um mesmo indivíduo, entre os eventuais efeitos de regras formuladas pelos próprios participantes (autorregras) com efeitos de regras apresentadas pelo experimentador, neste sentido o presente estudo tenta atender a esta proposição dos autores.



Outra constatação de Albuquerque e Silva (2006) é que para se afirmar que um determinado comportamento verbal funciona como regra ou como autorregra é necessário observar se o comportamento que se segue à formulação da autorregra ou à emissão da regra corresponde ao comportamento previamente descrito e se este comportamento ocorre independentemente de suas consequências imediatas. Considerando esta proposição, o estudo atual pode apresentar uma limitação metodológica por ter focado somente no seguimento das regras e autorregras, sem considerar se o controle poderia estar nas consequências imediatas.

Por outro lado, Paracampo e Albuquerque (2004) investigaram se o comportamento de seguir regras depende do tipo de consequência produzida por este comportamento. De acordo com a análise dos resultados deste experimento, segundo os autores, a dependência das consequências imediatas do comportamento de seguir regras, pode ser questionada. Uma vez que, no estudo, as consequências programadas para os participantes eram as mesmas sendo que metade dos participantes deixou de seguir as regras enquanto a outra metade as seguiu. Paracampo e Albuquerque (2004) entendem que a manutenção do seguimento de regras pode depender em parte do contato com as consequências e em parte pelo comportamento verbal.

O estudo realizado por Souza (2009) constatou a elevada frequência com que os participantes da pesquisa emitiram autorregras formuladas anterior ao processo terapêutico, destacando também o fato de tais autorregras permanecerem exercendo controle sobre o repertório comportamental dos clientes. A constatação citada na pesquisa da autora e os percentuais de seguimento das regras geradas no presente estudo podem ser confirmados por Skinner (1969/1969, citado por Guedes, 1997), uma vez que o comportamento de formular autorregras tenha sido adquirido, um conjunto adicional de contingências, pode ajudar a manter o comportamento mesmo em um momento quando o controle por estas contingências estiver enfraquecido.

Na Figura 2 e na Figura 4 pode-se observar percentualmente, que as regras geradas pelas próprias clientes durante o processo terapêutico, foram consideravelmente mais seguidas que as regras emitidas pelo terapeuta. Conforme dito antes, estas regras são geradas pelos clientes por meio de uma cadeia de perguntas abertas feitas pelo terapeuta. Os percentuais confirmam mais uma vez a proposta de intervenção terapêutica defendida por Medeiros (2010), que aponta indícios de uma eficácia maior no seguimento de regras geradas pelo cliente.

Um estudo realizado por Campello (2011), em que foram comparados grupos de regras, autorregras e modelagem apresentou como resultados uma sensibilidade menor dos comportamentos governados por regras quando comparados com os comportamentos modelados por contingências ou controlados por autorregras. O estudo ainda sinaliza que na condição autorregras os participantes tiveram seus comportamentos mais sensíveis, na condição modelagem, tiveram seus comportamentos menos sensíveis às mudanças nas contingências e tiveram insensibilidade comportamental na condição regra. No estudo foi observado que o Grupo regras e o grupo autorregras aprenderam a tarefa e que o grupo regra levou mais tempo que o grupo autorregra para abandonar a tarefa, diante de mudança nas contingências. No contexto clínico é desejável que o cliente tenha maior sensibilidade comportamental o que ficou comprovado no grupo autorregra do estudo de Campello (2011). Este fato confirma a proposição do estudo atual em apontar para uma eficácia maior na utilização de autorregras no contexto clínico.

O estudo realizado por Donadone (2004) sugere que é mais vantajoso em termos terapêuticos, utilizar a estratégia de auto-orientação por parte dos clientes, pois assim estaria se aproveitando das vantagens do seguimento de regras, como rapidez da mudança, e também entrando em contato com as contingências em vigor, pois ao se auto-orientar, o cliente descreve para si mesmo as consequências do seu comportamento.

Braga e cols (2010) realizaram um experimento que tinha por objetivo manipular as propriedades formais dos estímulos antecedentes verbais, sendo que os resultados do referido estudo sugerem que a forma como os estímulos são apresentados refletem no seguimento das regras. Neste sentido a proposta de Medeiros (2010) de utilização de perguntas abertas pelo terapeuta e a formulação das autorregras pelo cliente, pode ter uma eficácia maior também pelo fato de ser menos diretiva e impositiva.

A discrepância entre o seguimento de regras nas categorias emitidas e geradas deve ser destacada. Segundo Medeiros (2010), a mudança no comportamento verbal dos clientes nem sempre é acompanhada pela mudança do comportamento não verbal correspondente. Analisando as oportunidades de seguimento apresentadas neste estudo, foi observado um índice bastante discrepante de seguimentos, tanto das regras emitidas pelo terapeuta como das regras geradas pelo cliente. Estes dados confirmam que, em muitas ocasiões, o padrão de respostas não verbais, não acompanha diretamente as mudanças dos padrões de respostas verbais.

Pela correspondência fraca entre comportamentos verbais e comportamentos não verbais observado nos resultados aqui apresentados, torna-se importante ressaltar a necessidade de que o terapeuta disponibilize contingências que estabeleçam essa correspondência entre o que o cliente diz e o que ele realmente fez e entre o que o cliente diz que irá fazer e o que de fato fará (Catania, 1998/1999).

Para Beckert (2005), comportamentos verbais e comportamentos não verbais são operantes distintos, mantidos por contingências diversas. Comportamentos controlados por regras fazem parte de um conjunto de duas contingências de reforço. Uma de curto prazo, próxima do reforço por seguir a regra (Baum, 1994/1999), neste caso o reforço é arbitrário e promovido pela comunidade verbal, no caso da terapia, o terapeuta, quando emite uma regra. E outra contingência de longo prazo, que tem como consequência o reforço natural contingente ao comportamento emitido.

Ressalta-se que este último pode ou não acontecer (Baum, 1994/1999). Desta forma, o comportamento de dizer a regra no contexto terapêutico está sobre o controle da audiência do terapeuta, enquanto que o fazer está sob o controle das contingências de outro contexto, distinto da terapia.

Considerando os resultados do atual estudo em que fica evidente a tendência de maior seguimento das autorregras quando comparado com o seguimento das regras, serão feitas, algumas considerações sobre seguimento de regras e autorregras combinado com efeito da contingência próxima e efeito da contingência última.

O caso de uma das clientes participantes deste estudo será usado para uma melhor explanação sobre o assunto. Primeiramente, o caso de emissão de regra por parte do terapeuta, por exemplo: “Você deve falar com o pai do seu filho sobre o pagamento da pensão alimentícia”. Quando a cliente encontra o pai do seu filho, o falante, no caso o terapeuta, não está perto, que por sua vez, só terá acesso por intermédio do relato verbal da cliente, se ela seguiu, ou não, a regra. Logo o efeito da contingência próxima enfraquece.

A outra situação hipotética, o caso da emissão da autorregra, por exemplo: “Eu vou falar com o pai do meu filho sobre o pagamento da pensão alimentícia”. Como é sabido no caso de autorregras, falante e ouvinte é a mesma pessoa, ou seja, a cliente chegou a conclusão de que deveria conversar com o pai de seu filho sobre pagamento de pensão. Neste caso o efeito da contingência próxima continua fortalecido, porque o falante da autorregra é ela mesma e está presente ao encontro com o pai do seu filho. Então pode se sentir culpada se não falar, ou sentir vergonha pelo mesmo motivo, e não vai precisar do outro falante para punir ou reforçar o comportamento de seguir ou não seguir a autorregra.

Recapitulando, no caso da emissão da regra pelo terapeuta só está presente a contingência última e no caso da autorregra está presente a contingência última e a contingência próxima.

Uma das possibilidades bastante comum de acontecer na clínica é a cliente emitir uma resposta de racionalização para justificar o não seguimento da autorregra. Skinner (1953/1994) define a racionalização como uma forma do indivíduo recusar o reconhecimento das causas do próprio comportamento emitindo causas aceitáveis socialmente. Para Medeiros e Rocha (2004) na racionalização o relato verbal está sobre o controle da aceitabilidade das causas do comportamento, isto é, da aceitação social. Em muitos casos a resistência criada pelo cliente para o seguimento das regras, se dá pelo fato de considerar a forma de controle muito aversiva, que em muitas vezes já foi experimentada na relação com amigos ou parentes. O baixo seguimento de regras apresentado neste estudo sugere que as mesmas podem ter sido consideradas de forma aversiva pelas clientes.

É bastante comum os clientes saberem exatamente o que fazer, mas o problema não está no que fazer e sim em como fazer. Para Medeiros (2010), este fato é bastante complicado no contexto clínico, pois o terapeuta não tem meios para saber se a regra foi ou não seguida, podendo inclusive reforçar o relato do seguimento e não o seguimento da regra em si.

Esta é uma limitação metodológica do presente estudo, pois os dados coletados estão baseados nos relatos gravados das sessões terapêuticas. Portanto o pesquisador não tem instrumentos para confirmação da veracidade dos mesmos, tornando-se possível, que em algum momento, as clientes possam ter relatado o seguimento das regras, emitidas ou geradas, simplesmente para ter a aprovação do terapeuta, que por sua vez reforçou somente o relato, que foi até onde o terapeuta teve acesso.

Outra possibilidade que pode ter influenciado os números do presente estudo seria o terapeuta, mesmo sem pretender, punir arbitrariamente o relato da cliente de seguimento ou não seguimento das regras. Este fato pode provocar a emissão de relato distorcido pelo cliente para esquivar das consequências aversivas da repressão do terapeuta, o que além de ser inde-

sejado no processo terapêutico ainda refletiria nos números reais do estudo sobre seguimento de regras.

Nas figuras 1 e 3, além da discrepância no seguimento das regras, pode ser observado também um número de oportunidades de seguimentos bem maior por parte das regras geradas em terapia quando comparadas, com as regras emitidas pelo terapeuta. Uma possibilidade para justificar esta diferença na opinião do autor seria que as clientes, assim como fizeram com as regras geradas também teriam uma tendência a priorizar as oportunidades de seguimento desta categoria de regras. Esta priorização poderia ser feita, por exemplo, ficando mais atenta para as oportunidades que surgem naturalmente ou buscando deliberadamente criar oportunidades para comportar-se de acordo com as regras geradas por ela mesma.

Neste caso, conforme preconiza Medeiros (2010), sobre a tendência dos indivíduos seguirem regras geradas em terapia, os clientes também teriam a mesma tendência para buscar mais as oportunidades de seguimento que melhor se adequarem para que o mesmo possa se comportar de acordo com a descrição do comportamento verbal gerado.

Os resultados do presente estudo apontam indícios de uma eficácia maior no seguimento de regras geradas pelo cliente quando comparadas com regras emitidas pelo terapeuta. Porém estes resultados são insuficientes para se chegar a conclusões livres de controvérsias relativas as questões ligadas ao seguimento de regras na clínica. Futuras pesquisas, cada vez mais focadas em maior rigor metodológico, devem ser realizadas de forma a permitir um aprofundamento da questão.

## Conclusão

Dentro do processo terapêutico é sempre presente a necessidade de mudanças do repertório comportamental dos clientes. Porém, o terapeuta não tem acesso para promover mudanças nas variáveis ambientais da vida do cliente, e também, não pode servir de modelo para a aprendizagem de todos os novos comportamentos desejáveis por parte do cliente. Diante das impossibilidades, em muitas abordagens o terapeuta faz uso de regras dentro do processo terapêutico, pois, as mesmas, atuam de forma indireta para mudanças comportamentais desejáveis.

O uso de regras, isto é, a descrição das contingências a que o cliente está exposto é uma estratégia de atuação controversa entre os Analistas Comportamentais. Embora não seja uma prática que exista consenso em sua utilização, é sabido que muitos terapeutas utilizam-se da emissão de regras em sua prática clínica.

Outra possibilidade de intervenção terapêutica defendido por vários autores é o uso de autorregras. Segundo Skinner (1969/1984), o uso de autorregras pode representar uma alternativa útil para a contradição entre usar ou não usar regras no contexto terapêutico. Segundo o autor, o indivíduo é capaz de formular autorregras e enfraquecer suas relações com as contingências. A elaboração de autorregras exemplifica o processo ativo do indivíduo agindo sobre o seu ambiente. O indivíduo, ocupando o papel de falante e ouvinte, é capaz de formular regras que controlam o seu próprio comportamento (Skinner, 1953/1994). Ou seja, seu comportamento pode estar controlado por regras sem que a regra seja emitida por outra pessoa.

Para Medeiros (2010), uma intervenção mais indicada na clínica seria levar o cliente a elaborar suas próprias autorregras. Segundo Medeiros e Medeiros (2012), apesar de ser mais trabalhosa e necessitar de um tempo maior para serem trabalhadas, entende-se que a prática de criar condições para que o cliente chegue às suas próprias conclusões, isto é, crie as próprias

autorregras será muito mais eficaz. Os autores afirmam que, quando diante de autorregras, os clientes tendem a se tornar mais comprometidos com as conclusões que eles mesmos chegaram. Fato que aumenta a probabilidade das mesmas serem seguidas.

Diante das argumentações aqui apresentadas o presente estudo investigou que tipos de regras são mais frequentemente seguidos na clínica psicológica – as regras emitidas pelos terapeutas ou as regras geradas pelo próprio cliente.

Os resultados do presente estudo apontam para indícios de um maior seguimento de regras geradas pelo cliente quando comparadas com regras emitidas pelo terapeuta. A análise dos resultados de seguimento das regras, leva à constatação que, no caso da emissão de regra pelo terapeuta, só está presente a contingência última e no caso da autorregra está presente a contingência última e a contingência próxima. Isto é, no caso de emissão de regras o falante não está presente diante da oportunidade de seguimento, logo o efeito da contingência próxima enfraquece. Por outro lado, no caso da autorregra, falante e ouvinte estão presentes, portanto o efeito da contingência próxima continua fortalecido.

Porém estes resultados são insuficientes para se chegar a conclusões livres de controvérsias relativas às questões ligadas ao seguimento de regras na clínica. O presente estudo não pretendeu esgotar o tema proposto, mas ser elemento provocador de novas discussões sobre melhores práticas de intervenção terapêutica. Futuras pesquisas, realizadas com melhores condições operacionais, devem ser realizadas de forma a permitir um aprofundamento da questão.



## Referências Bibliográficas

- Albuquerque, N. M. A., Paracampo, C. C. P & Albuquerque, L. C. (2004). Análise do papel de variáveis sociais e de consequências programadas no seguimento de instruções. *Psicologia, Reflexão e Crítica*, 17, 31-42.
- Albuquerque, L. C. & Silva, F. M. (2006). *Efeitos de Perguntas e de Historias Experimentais sobre o Seguir Regras*. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 22, (2), 133-142.
- Alves, N. N. F & Isidro-Marinho, G (2010). *Relação Terapêutica sob a perspectiva analítico-comportamental: Algumas considerações*. Em de-Farias, A. K. C. R (Org.), Análise Comportamental Clínica – aspectos teóricos e estudos de caso (pp. 66-94). Porto Alegre. Artmed.
- Baum, W. M. (1994/1999). *Compreender o Behaviorismo: Ciência, comportamento e cultura*. Porto Alegre. Artmed.
- Beckert, M. E. (2005). Correspondência Verbal/Não-Verbal: Pesquisa Básica e Aplicações na Clínica. Em Abreu-Rodrigues, J. & Ribeiro, M. R. *Análise do Comportamento: Pesquisa, Teoria e Aplicação*. Porto Alegre. Artmed.
- Braga, M. V. N. Albuquerque, L. C. Paracampo, C. C. P & Santos, J. V. (2010). *Efeitos de de Manipulações de Propriedades Formais de Estímulos Verbais sobre o Comportamento*. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 26, (4), 661-673.
- Campello, J. F. S. (2011). Sensibilidade Comportamental: regras, modelagem e autorregras Monografia de Conclusão do curso de Graduação em Psicologia, UniCEUB, Brasília.
- Catania, A. C. (1999). *Aprendizagem: Comportamento, Linguagem e Cognição*. Porto Alegre. Artes Médicas Sul.
- Catania, A. C. & Matthews, B.A. & Shimoff, E. (1982). *Instructed versus shaped human verbal behavior : Interactions with nonverbal responding* Disponível em: [www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles). Acesso em: 05 de ago. de 2012.
- Costa, N. (2002). *Terapia analítico-comportamental: Dos fundamentos filosóficos à relação com o modelo cognitivista*. ESETec Editores Associados.
- Costa, N. (2011). O surgimento de diferentes denominações para a Terapia Comportamental no Brasil. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*. 13,(02). 46-57. São Paulo: Associação Brasileira de Psicologia e Medicina Comportamental – ABPMC.
- de-Farias, A. K. C. R (2010). *Por que “análise comportamental clínica?”*: Uma introdução ao livro. Em de-Farias, A. K. C. R (Org.), Análise Comportamental Clínica – aspectos teóricos e estudos de caso (pp. 19-29). Porto Alegre. Artmed.
- Donadone, J. C. (2004). O Uso da Orientação em Intervenções Clínicas por Terapeutas Comportamentais Experientes e Pouco Experientes. Dissertação Apresentada na Conclusão do Curso de Mestrado em Psicologia, Instituto de Psicologia – USP. São Paulo.

Falcão, J. C (2011). O Que Faz o Terapeuta Analítico-Comportamental no Consultório? Monografia de Conclusão do curso de Graduação em Psicologia, UniCEUB, Brasília.

Guedes, M. L. (1997). O comportamento governado por regras na prática clínica: um início de reflexão. In: Banaco, R, A. *Sobre o Comportamento e Cognição: Aspectos Teóricos, Metodológicos e de Formação em Análise do Comportamento e Terapia Cognitivista*. V. 1. Santo Andre, SP: ESETEC Editores Associados

Matos, M. A. (2001) Comportamento Governado por Regras. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*. 3, 2, 51-66.

Medeiros, C. A. (2002). Comportamento verbal na terapia analítico comportamental. Disponível em [www.scielo.br](http://www.scielo.br). Acesso em: 10 de set. de 2012.

Medeiros, C. A. & Rocha, G. M. (2004) Racionalização: um breve diálogo entre a psicanálise e a análise do comportamento. Em Brandão, M. Z. S, Conte, F. C. S, Brandão, F. S, Ingberman, Y. K, Silva, V. M, & Olliane, S. M. (orgs.). (2004). Sobre comportamento e cognição: Contingências e Metacontingências: Contextos Socioverbais e o Comportamento do Terapeuta, Vol. 13, 27-38. Santo André: Esetec.

Medeiros, C. A. (2010). Comportamento Governado por Regras na Clínica Comportamental: *Algumas Considerações* Em de-Farias, A. K. C. R (Org.), Análise Comportamental Clínica (pp. 95-111). Porto Alegre. Artmed.

Medeiros, C. A. & Medeiros, N. N. F. A. (2012). Psicoterapia Comportamental Pragmática: uma terapia comportamental menos diretiva. Em C. V. B. B. Pessoa, C. E. Costa & M. F. Benvenuti. Comportamento em Foco. v. 01. [417-436]. São Paulo: Associação Brasileira de Psicologia e Medicina Comportamental – ABPMC.

Paracampo, C. C. P & Albuquerque, L. C. (2004). *Análise do papel das consequências programadas no seguimento de regras*. *Interação em Psicologia*, 8, 237-245.

Paracampo, C. C. P & Albuquerque, L. C. (2005). *Comportamento Controlado por Regras: Revisão crítica de proposições conceituais e resultados experimentais*. *Interação em Psicologia*, 9, 227-237.

Ribeiro, M. R. (2001). Terapia analítico-comportamental. Em Guilhardi, H. J, Madi, M. B. B. P, Queiroz, P. P., & Scoz, M. C. (orgs.). (2001). Sobre comportamento e cognição: Expondo a variabilidade, Vol. 8, 99-105. Santo André: Esetec.

Skinner, B. F. (1984). Uma análise operante da resolução de problemas. In: Moreno, R. *Contingências de reforço*. São Paulo: Abril Cultural.

Skinner, B. F. (1994). *Ciência e comportamento humano*. Traduzido por J. C. Todorov e R. Azzy. São Paulo, SP: Martins Fontes. 4. ed. (trabalho original publicado em 1953).

Silva, C. C & Farias, A. K. C. R (2010). *Comportamento Governado por Regras. Estudo de Caso*. Em Farias, A. K. C. R (Org.), Análise Comportamental Clínica – aspectos teóricos e estudos de caso (pp. 231-250). Porto Alegre. Artmed.

Souza, A. (2009). Regras Versus Auto-Regras: Que tipos de regras são mais facilmente seguidos na clínica? Monografia de Conclusão do curso de Graduação em Psicologia, UniCEUB, Brasília.

Souza, A. P. S. Medeiros, C. A. Aragão, M. O. F. Medeiros, F. H. & Azevedo, A. P. (2010). Regras *Versus* Autorregras: Que tipos de regras é mais eficaz na modificação do comportamento? Em C. V. B. B. Pessoa, C. E. Costa & M. F. Benvenuti. Comportamento em Foco. v. 01. [631-644]. São Paulo: Associação Brasileira de Psicologia e Medicina Comportamental – ABPMC.

Valls, D. R.(2010). Análise comportamental de relatos verbais repetitivos. Monografia de Conclusão do curso de Graduação em Psicologia, UniCEUB, Brasília.

## **ANEXO**



1  
Comitê de Ética em Pesquisa – CEP

Brasília, 11 de novembro de 2011.

Parecer. 608/11.  
Do Comitê de Ética em Pesquisa – CEP / UniCEUB.  
Para: Carlos Augusto de Medeiros  
Antonio de Pádua A. Silva.

Assunto: Encaminhamento do Parecer CAAE 0307/11.

Prezados Pesquisadores,

Informamos que o projeto de título **“Efeito de regras e autorregras na mudança comportamental da clínica psicológica”** e de **CAAE 0307/11** atendeu a todas as solicitações apontadas; está **aprovado** por este Comitê de Ética em Pesquisa e em condições de ser iniciado.

Ressaltamos a necessidade de atenção aos Incisos IX.1 e IX.2 da Resolução 196/96 CNS/MS concernentes às responsabilidades do pesquisador no desenvolvimento do projeto.

Após o seu encerramento, solicitamos o envio do relatório, conforme anexo.

Cordialmente,

Marília de Queiroz Dias Jácome  
Comitê de Ética em Pesquisa – UniCEUB  
Coordenadora

## **APÊNDICES**

## **APÊNDICE A:**

### **Termo de Consentimento Livre e Esclarecido**

Título da pesquisa: “Efeito de regras e autorregras na mudança comportamental na clínica psicológica”

Pesquisadores: Prof. Dr. Carlos Augusto Medeiros e Antonio de Pádua Azevedo Silva

Nome do(a) participante: \_\_\_\_\_

Caro(a) participante:

Gostaríamos de convidá-lo(a) a participar como voluntário(a) da pesquisa intitulada “Efeito de regras e autorregras na mudança comportamental na clínica psicológica”, que se refere ao projeto de pesquisa da disciplina Monografia do 10º semestre do Centro Unificado de Brasília – UniCEUB.

O objetivo principal desse trabalho é identificar se as regras emitidas pelos terapeutas ou as autorregras emitidas pelos clientes são mais frequentemente seguidas na clínica, através de observações das sessões terapêuticas, análises das gravações e relatos dos estagiários.

A sessão será gravada para possibilitar a categorização das regras emitidas. Os pesquisadores garantem o uso ético da gravação.

Não haverá ônus, assim como não haverá remuneração financeira pela sua participação nesse estudo. Seu nome não será utilizado em qualquer fase da pesquisa, o que garante o sigilo. Dessa forma, os dados serão utilizados anonimamente para o relatório da pesquisa e o uso será restrito ao estudo em questão e armazenamento dos dados. Garantiremos a disponibilização dos resultados da pesquisa para você. Se for o caso de apresentação pública ou a publicação dos resultados em revista científica, seu nome não aparecerá de nenhuma forma. Em eventual dano ou gasto decorrente da pesquisa será de responsabilidade dos pesquisadores.

Informo que o Sr(a). tem a garantia de acesso, em qualquer etapa do estudo, sobre qualquer esclarecimento de eventuais dúvidas. Se tiver alguma consideração ou dúvida sobre a ética da pesquisa, entre em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) do UniCEUB, situado no Campus I, pelo telefone 3966-1511 ou por e-mail [comite.bioetica@uniceub.br](mailto:comite.bioetica@uniceub.br).

Gostaríamos de deixar claro que sua participação é voluntária e que poderá recusar-se a participar ou retirar seu consentimento, ou ainda descontinuar sua participação em qualquer momento da pesquisa, se assim o preferir, sem penalização ou prejuízo algum.

---

Assinatura do pesquisador

---

Assinatura do(a) participante

**Contatos dos responsáveis pelo acompanhamento da pesquisa:**

Carlos Augusto Medeiros

e-mail: [carlos.medeiros@uniceub.br](mailto:carlos.medeiros@uniceub.br)

Celular: 9958-7874

Antonio de Pádua Azevedo Silva

e-mail: [paduaazevedo@gmail.com.br](mailto:paduaazevedo@gmail.com.br)

Celular: 9976-3037



**APÊNDICE B:**

**PROTOCOLO DE REGISTRO**

**PARTICIPANTE:** \_\_\_\_\_

**REGRA/AUTORREGRA:** \_\_\_\_\_

Oportunidade de Seguimento	Seguiu?	
1	( ) sim	( ) não
2	( ) sim	( ) não
3	( ) sim	( ) não
4	( ) sim	( ) não
5	( ) sim	( ) não
6	( ) sim	( ) não
7	( ) sim	( ) não
8	( ) sim	( ) não
9	( ) sim	( ) não
10	( ) sim	( ) não
11	( ) sim	( ) não
12	( ) sim	( ) não
13	( ) sim	( ) não
14	( ) sim	( ) não
15	( ) sim	( ) não
16	( ) sim	( ) não
17	( ) sim	( ) não
18	( ) sim	( ) não
19	( ) sim	( ) não
20	( ) sim	( ) não
21	( ) sim	( ) não
22	( ) sim	( ) não
23	( ) sim	( ) não
24	( ) sim	( ) não
25	( ) sim	( ) não
26	( ) sim	( ) não
27	( ) sim	( ) não
28	( ) sim	( ) não
29	( ) sim	( ) não
30	( ) sim	( ) não
31	( ) sim	( ) não
32	( ) sim	( ) não
33	( ) sim	( ) não
34	( ) sim	( ) não
35	( ) sim	( ) não
36	( ) sim	( ) não
37	( ) sim	( ) não
38	( ) sim	( ) não
39	( ) sim	( ) não
40	( ) sim	( ) não

